JDE 75

ANO XIII

JORNAL DE ESPIRITISMO

MARÇO . ABRIL . 2016

JORNAL BIMESTRAL DA ASSOCIAÇÃO DE DIVULGADORES DE ESPIRITISMO DE PORTUGAL

DIRETOR . ULISSES LOPES | PREÇO € 0.50

Espiritismo e medicina na ótica de uma médica: saúde é a verdadeira harmonia da alma

«Pode ser aqui?», indaga com um sorriso que enche a sala. As perguntas apareceram. Nos seus tempos pós-profissionais, por idealismo e no exercício pleno da sua liberdade de consciência, é vice-presidente da Associação Médico-Espírita de Portugal (AME Portugal) e presidente da AME Norte. Veja as páginas centrais!

ENEij 2015

À prova de fogo

foto arquivo

Estamos no século XXI? Bem, o calendário diz que sim.
Sem grande atenção, os ouvidos não se enganaram ao ouvir as notícias. E nem passado já um par de meses deu para esquecer.
Lá longe, mas nem tanto como isso, no estado norte-americano do Texas há grupos de pressão com força para ganhar a reposição da prerrogativa de usar armas por parte de qualquer cidadão sem necessidade de licença. Que grande "coboiada"!
Do livre-arbítrio individualizado e pluripartilhado, na mesma época, há decisões de natureza nacional de reinados asiáticos que sonham com impérios medievais entretidos com armas nucleares.

O ser humano será sempre essa caixa de surpresas, tão capaz de atos atrozes dignos das piores guerras como de ter comportamentos de uma beleza espiritual indefinível.

A heterogeneidade das culturas e da evolução técnica e espiritual dos habitantes encarnados da Terra continua a ser extrema.
O ser humano será sempre essa caixa de surpresas, tão capaz de atos atrozes dignos das piores guerras como de ter comportamentos de uma beleza espiritual indefinível.
No "voltímetro" das emoções o homem oscila de modo inconstante entre a agressividade e a bondade, em valores que diferem entre cada um num grupo mais ou menos alargado e que oscilam com frequência relevante dentro do comportamento do mesmo indivíduo.
Por vezes, se tem ao seu alcance meios de destruição – leia-se armas – causa danos multiplicados na proporção do que tem nas mãos. Será pura lógica substituir meios de destruição por meios geradores de colaboração em torno do que serve o bem comum, em pleno respeito pela individualidade de cada ser.
Dizem os Espíritos sábios que todos evoluem ao longo de muitos milénios das noites da inconsciência e da ignorância para os alvores do amor e da sabedoria.
Esse caminho configura uma espiral, horizontalizada ou verticalizada conforme a vontade e a lucidez de cada qual, cheia de ciclos progressivos em que se recapitula e completa.
Nenhuma aquisição interior é definitiva se não for mantida e alimentada na medida necessária para se auto-sustentar.
À maneira de um ginasta, os sentimentos espirituais superiores alcançam-se através de exercícios frequentes quanto baste.
Muitos desconhecem o potencial dos bons sentimentos exercitados no dia-a-dia cuja experimentação viabiliza o afastamento dos véus espessos das emoções inferiores e, passo a passo, adentra o ser espiritual em horizontes novos que, entrevistos uma vez, não se esquecem nunca mais.
Entre todo o burburinho próprio da história remota ou atual da humanidade configura-se o facto de que acabamos por criar a nossa própria realidade na leitura pessoal que fazemos do que se nos depara aos sentidos materiais.
Temos aprendido que, além de toda a panóplia de armas criadas pelo homem, a mais eficaz e com maiores vantagens, a exemplo do que Jesus de Nazaré demonstrou, conta quatro letras apenas. Esse estado de alma, à medida de cada um é conhecido por amor. Tem uma limitação – não funciona a fingir: tem de ser vivido.

Nesse ângulo, deixamos estas páginas consigo. Boa leitura!

foto ulisses.com.pt

Quatro rins

No Curso de Medicina, o professor dirige-se a um aluno e pergunta:
- Quantos rins temos?
- Quatro!, responde o aluno.
- Quatro?, replica o professor, arrogante, daqueles que sentem prazer em tripudiar sobre os erros dos alunos. Ordena o professor ao seu auxiliar:
- Tragam um feixe de palha, pois temos um asno na sala.
- E para mim um cafezinho!, replicou o aluno ao auxiliar do mestre.
O professor ficou irado e expulsou o aluno da sala.
O aluno era Aparício Torelly Aporelly (1895-1971), conhecido como "barão de Itararé".
Ao sair da sala, o aluno ainda teve a audácia de corrigir o furioso mestre:
- O senhor perguntou-me quantos rins temos. Nós temos quatro: dois meus e dois seus. "Nós" é uma expressão usada para o plural. Tenha um bom apetite e delicie-se com a palha.
Moral da história: a vida exige muito mais compreensão do que conhecimento.

"- Tragam um feixe de palha, pois temos um asno na sala."

Às vezes as pessoas, por terem um pouco a mais de conhecimento ou acreditarem que o têm, acham-se no direito de subestimar os outros. Haja palha!

(Texto em circulação na internet)

Terei eu mesmo algum dom?

As perguntas que chegam por e-mail são mais que muitas e o missivista de serviço não tem mãos a medir. Eis a nossa escolha aleatória.

foto ulisses.com.pt

Andreia escreve: «Há dois anos conheci o meu atual namorado e mudei-me para cá para estar com ele. Ele vivia com a mãe e com o irmão e eu depois. Infelizmente o pai dele morrera dois anos antes. As coisas correram muito bem, eu era extremamente chegada com a mãe dele (...). Mas infelizmente desde o início deste ano que as coisas começaram a ficar negras. (...) Descubro que para além das mentiras a minha sogra anda a por o meu nome na lama perante pessoas que me conhecem e não me conhecem. Este comportamento não é normal e de cada vez que a vejo sinto-me extremamente desconfortável. Agora está a tentar pôr o filho contra mim. Tenho a sensação que há alguma coisa aqui que não está bem.
Outra questão que eu tenho é em relação a mim. Desde miúda que eu consigo sentir, por vezes ver, e ouvir presenças. E tenho um amigo meu de longa data que é médium que diz que eu sou ainda mais forte do que ele e que eu tenho de desenvolver o que tenho. A minha questão é: Terei eu mesmo algum dom? Conseguem ver isso? Desde o ano passado que tenho estado constantemente doente. Dores de cabeça, cansaço, noites mal dormidas, sono desregulado, dores constantes no corpo e a sensação de estar a ser perseguida por algo negro. Será que isto está relacionado com o facto de eu não estar a desenvolver o meu suposto dom? Peço desculpa pelo testamento, e se está algo confuso mas não consegui melhor e mais curto que isto. Obrigada desde já pela atenção».
Resposta - Boa noite, Andreia. Expôs de forma clara as suas preocupações, mas nem sempre tudo melhora com a velocidade que todos gostaríamos.
Lemos as suas palavras: «Tal como me disse na mensagem na rede social eu o fiz. Dei tempo e esperei que as coisas melhorassem, mas só pioraram».
Estava à espera que fosse como carregar num botão e tudo passasse da treva para a luz?
Não é assim.
Os amigos espirituais ensinam que tudo funciona na vida em circuitos de causa e efeito.
As situações que enfrentamos a cada momento normalmente são resultado do que procurámos conseguir e, por mais difíceis que possam vir a revelar-se não serão mal que dure para sempre.
Quando começa por falar dos problemas de relacionamento com a sua sogra parece estar a apontar para a sua preocupação maior. O seu companheiro é adulto, tem de saber o que quer para a sua própria vida.
O que a sua sogra pensa de si não é nem um pouco tão importante como o que a Andreia pensa de si própria.
Se tem a consciência tranquila, guarde-se nisso, na certeza de que o que os outros fazem a eles diz respeito. Nem Jesus de Nazaré conseguiu que todos gostassem dele.
Sabe que por vezes há mães que entendem os filhos como se fossem uma extensão do seu próprio ego. Quando é assim, procuram condicionar todo o seu círculo de atividade. Na maior parte das vezes nem é maldade, é instinto maternal desorientado.
Faça por não valorizar isso. Veja que bom: está numa casa à parte. Evite queixar-se junto do seu companheiro. Ninguém gosta de pessoas que passam a vida a ler o que se passa no dia a dia com as lentes do pessimismo. Faça por ver o que lhe acontece com tranquilidade e sempre que possível com algum sentido de humor.
É frequente na vida de todos nós, por desatenção, valorizarmos o que não nos agrada e desconsiderar todas as bênçãos de que usufruímos a toda a hora, como a disponibilidade de ar e a facilidade da respiração, por exemplo.
O apóstolo João ensinava que Deus é amor. E é nesse amor que estamos a mover-nos, como também dizia Paulo de Tarso.

Não acredite que nada corre bem, mesmo quando isso lhe parece incontornável.

Mais tarde ou mais cedo ganharemos paulatinamente consciência disso e tudo o que passar diante de nós nesta viagem que é a vida terrena tomará não um significado de queixa mas de aprendizado incessante.
Não acredite que nada corre bem, mesmo quando isso lhe parece incontornável. Ao pensar assim psicologicamente está a baixar os braços, quando precisa de reagir com tranquilidade e inteligência.
Lemos também: «consigo sentir, por vezes ver, e ouvir presenças. A minha questão é: Terei eu mesmo algum dom? Conseguem ver isso?». Não. Não conseguimos ver nada disso.
O que se sabe é que mediunidade – que não é um dom, é uma faculdade natural – é património de todos e processa-se basicamente no patamar das sintonias do que pensamos e sentimos.
Costuma-se dizer, com todo o sentido, que os pensamentos e sentimentos que temos num dado momento revelam que tipo de influências espirituais estamos a atrair. Se sairmos do vórtice de pensar mal de outrem, mesmo que nos achemos cobertos de razão, se pensarmos no bem, será mais fácil sentir a influência dos Espíritos bons, que no pleno respeito pelo livre-arbítrio de cada um, desejam que tenhamos uma vida rica de experiências que nos conduzam para a sabedoria e o amor de que falava Jesus.
Indaga: «Será que isto está relacionado com o facto de eu não estar a desenvolver o meu suposto dom?».
Não necessariamente. Isso acontece assim porque é a forma como está a ver a sua vida.
«O que acham que eu devo fazer?», indaga.
Não abandone o hábito da prece. Ore com palavras suas, em pensamento, no sossego, com fé e esperança e verá que a paz que procura começa a instalar-se em torno de si.
Nos momentos em que o possa fazer, leia livros tranquilizantes. «Momentos de sabedoria», de Torres Pastorino, «O Evangelho Segundo o Espiritismo», de Allan Kardec, que com certeza encontra de graça na internet, bem como «O Livro dos Espíritos» e «O Livro dos Médiuns», do mesmo autor.
O ideal seria frequentar um associação espírita esclarecida onde sentisse apoio mais para si até do que pelas faculdades que mediúnicas que eventualmente possua em potencial. Em Portugal sabemos destas moradas - http://adeportugal.org/adep/index.php/centros-espiritas/pesquisar-distrito.
Se considerar que estudar a doutrina espírita a pode ajudar, e pensamos que sim, pode assistir na medida do seu tempo livre, a vídeos no canal da ADEP no Youtube, particularmente ao curso básico de espiritismo – adep.pt/curso
Fazemos votos de que surjam novas luzes em torno dos seus passos, na certeza de que em nenhum momento, mesmo que possa parecer, estará sozinha, já que o amor de Deus que nos envolve sem cessar vai sendo descoberto pouco a pouco à medida que nos dispomos a isso.

FICHA TÉCNICA

Jornal de Espiritismo
Periódico Bimestral
Director: Ulisses Lopes
Editor: ADEP **Redator:** Pedro Pereira
Maquetagem: Pedro Oliveira
Fotografia: ulisses.com.pt e Arquivo
Tiragem: 2000 Exemplares
Registado no Instituto da Comunicação Social com o n.º 124325
Depósito Legal: 201396/03

Administração e Redacção
ADEP - Rua do Espírito Santo, N.º 38, Cave
Nogueira – 4710-144 BRAGA

Assinaturas
Jornal de Espiritismo
Apartado 161
4711-910 BRAGA
E-mail
jornal@adeportugal.org

Conselho de Administração
Noémia Margarido, Isaías Sousa

Publicidade
Apartado 161
4711-910 BRAGA
pub@adeportugal.org
Propriedade
Associação de Divulgadores de Espiritismo de Portugal

ADEP
NIPC 504 605 860
Apartado 161
4711-910 Braga
E-mail:
adep@adeportugal.org
http://www.adeportugal.org

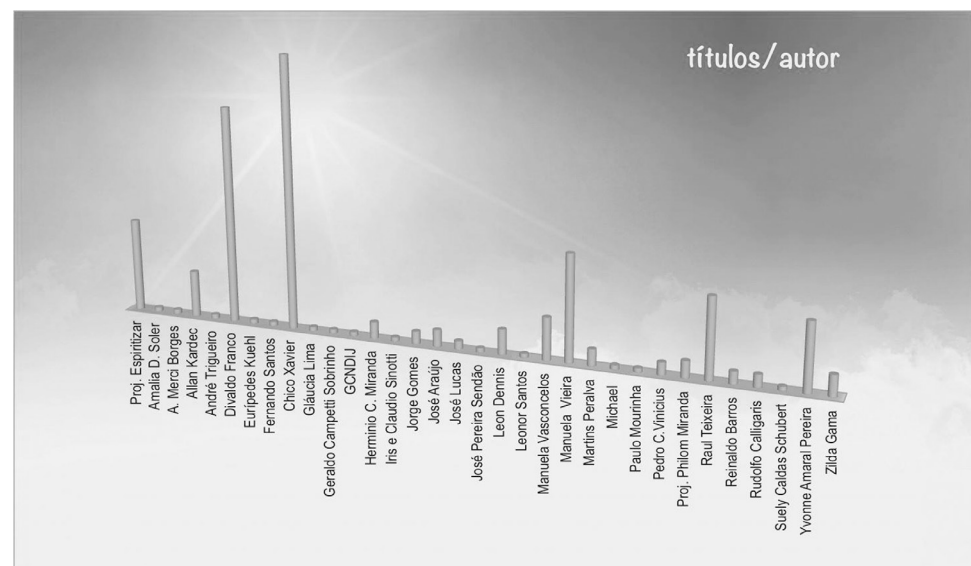
Impressão
Oficinas de S. José – Braga

Convite à reflexão

Na "Revista Espírita" de 1864 lê-se: "Sendo os pais os primeiros médicos da alma dos filhos, deveriam ser instruídos não só de seus deveres, mas dos meios de os cumprir."

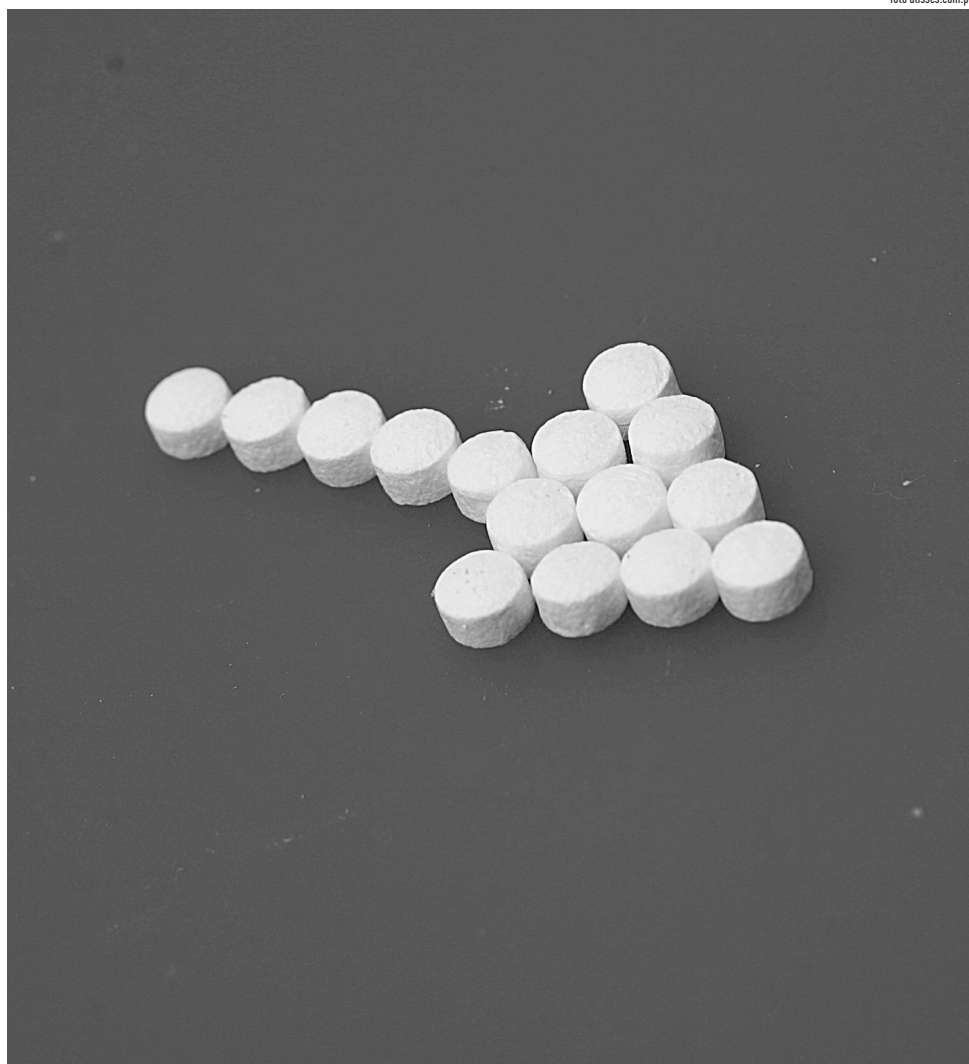
Mais do que uma chamada de atenção, consideramos que Kardec faz um apelo para a necessidade de reflexão e trabalho com conhecimento.
Quantas vezes observamos interações familiares sobre as quais tecemos comentários e críticas?
Embora o julgamento e a crítica não sejam a melhor atitude, compete-nos, no entanto, refletir e contribuir para a reflexão, facultando algumas ferramentas à nossa disposição. Diz-nos o Evangelho segundo o Espiritismo que não coloquemos a candeia sob o alqueire, mas em sítio que a todos possa iluminar. Estudando esta máxima compreendemos que se trata da luz do conhecimento e da responsabilidade inerente àqueles que a conhecem.
E é esta noção de necessidade do trabalho de arar em solo fértil, que são os corações infantis, que move o GCNDIJ – Grupo de Coordenação Nacional do DIJ, constituído pela FEP, para a adaptação de um Programa Orientador de Educação Espírita para Crianças e Jovens, pois são eles o futuro; o trabalho que com eles realizarmos corresponde ao cumprimento do dever que assiste a cada um de nós, ao tomar em mãos a responsabilidade de tornarmos o conhecimento acessível, fazendo, em simultâneo, a divulgação dos valores inerentes à Doutrina Espírita, contributo valioso na maravilhosa tarefa de transformação da sociedade para melhor, onde o bem prevaleça.
Este programa visa também ajudar os pais no cumprimento da sua tarefa, uma vez que, os materiais que disponibilizamos podem ser utilizados tanto nas Casas Espíritas, pelo educador espírita, como no lar pelos pais que são os Educadores por excelência dos seus filhos. A estes tentamos facultar também mais algumas ferramentas como, artigos de interesse que trimestralmente publicamos no boletim e dentro em breve vídeos de palestras com temas relacionados com as crianças e com a educação.
Ao criarmos o blogue do GCNDIJ, anexo ao site da FEP, onde todo o trabalho que desenvolvemos é publicado e disponibilizado para download gratuito, foi nossa intenção permitir não apenas às Casas Espíritas mas aos próprios pais aceder a todos os materiais. Pretendemos ainda que este possa ser um canal de proximidade de forma a que educadores e pais nos possam fazer chegar dúvidas, críticas ou sugestões, numa tentativa de, conjuntamente, nos auxiliarmos no fazer e no saber fazer.
Inteiramente ao seu dispor,
GCNDIJ - fep.gcndij@gmail.com

Trabalhar na divulgação e para o conhecimento

A Federação Espírita Portuguesa tem feito um esforço grande para se implantar no mercado editorial espírita, objetivando com isso promover o estudo, a difusão e a prática da Doutrina Espírita, com base nos ensinamentos sistematizados nas obras da codificação por Allan Kardec.

Este trabalho em que a atual Direção se empenhou e para o qual contou com a cooperação da Federação Espírita Brasileira e de outras Editoras, em particular da Leal e da Frater, permitiu colocar ao alcance de todos as obras consideradas fidedignas, a preços mais acessíveis e com uma qualidade de impressão superior.
"Nem sempre o percurso se mostra fácil e por vezes sente-se a falta de alento que a união dos interesses nacionais deveria proporcionar... ", diz-nos Vitor Féria que, pessoalmente, meteu ombros a esta tarefa que considera prioritária para a difusão do conhecimento. E acrescenta: "eu faço a minha parte, da melhor maneira que me é possível e isso dá-me tranquilidade e satisfação".
Sem dúvida, é notório o trabalho que a Direção tem realizado, principalmente, nos últimos 3 anos: são mais de 280 títulos, onde se destacam nomes como o de Francisco Cândido Xavier, Divaldo Franco, Raul Teixeira, Yvonne Amaral Pereira; é de destacar também o apoio que tem sido dado a autores portugueses que, por intermédio da FEP, puderam dar a conhecer trabalhos que já tinham entre mãos... e propõe-se continuar, por se tratar de "uma causa em que acredita" diz-nos Vítor.
Deixamo-vos aqui um pequeno gráfico elucidativo da distribuição de títulos por autor, facultado pelo Setor Editorial da FEP.

Ansiedade e depressão

Gláucia Lima, psiquiatra e conhecedora dos conteúdos da doutrina espírita, dá continuidade a esta secção do jornal e elucida sobre os problemas expostos no título.

foto ulisses.com.pt

As perturbações do foro mental são dos problemas mais relevantes que têm levado as pessoas a recorrerem os centros espíritas em busca de um lenitivo, quando não conseguem resolver os questões que as consomem no quotidiano.

Na realidade, na vida comum de todos nós, temos problemas e dificuldades a ultrapassar, não fôssemos habitantes de um ainda planeta ainda de "provas e expiação". Porém, em determinados momentos, em face das circunstâncias vividas, estas parecem, ultrapassar as nossas capacidades de resiliência (capacidade de voltar ao seu normal após grande adversidade) e é também nestes momentos que tudo à nossa volta parece desmoronar, aparecendo por vezes o sintoma ou a doença mental que dantes jazia latente, em forma de perturbação ansiosa (fobia, pânico), depressão, dependências de substâncias, dentre outras.

Vamos por vezes buscar no centro espírita um consolo, uma solução, mas, para alguns, funciona como a ilusão de que alguém – ou uma força externa a nós próprios – viesse a resolver os nossos problemas, como se não devesse partir de si próprio o esforço de transformação interior.

Foi realizado um Estudo Epidemiológico Nacional da Saúde Mental, desenvolvido por um projeto de iniciativa internacional pela World Mental Health Survey Initiative (WMHSI) coordenado pela Universidade de Harvard e pela OMS (Organização Mundial de Saúde), para avaliar a epidemiologia das perturbações psiquiátricas dos portugueses, tendo sido evidenciado que Portugal, em conjunto com a Irlanda do Norte, mostram a mais elevada prevalência (número de casos novos e antigos) de doença psiquiátrica em toda a Europa.

Isto mostra que apesar de sermos um país de gente com muita fé e muitos católicos (81% da população portuguesa) por si só não basta para prevenir a doença mental em Portugal.

As prevalências encontradas na população portuguesa estão entre as mais altas da Europa, em todos os grupos de perturbações mentais, destacando-se mais em relação aos outros países em relação as perturbações do foro ansioso (Wang et al. 2011), sendo de uma forma geral, as patologias psiquiátricas mais comuns na população portuguesa as patologias da ansiedade e as perturbações do humor.

Para além, das perturbações do foro mental, temos também o que «O Evangelho Segundo o Espiritismo» (ESE) chama de "Os nossos tormentos voluntários", no capítulo V, item 23, "Bem-aventurados os aflitos", remetendo ao facto de que na vida buscamos a nossa felicidade na satisfação de prazeres transitórios e efémeros, (...) "isto é nos gozos materiais em vez de a procurar nos gozos da alma, que são um prelibar dos gozos celestes, imperecíveis; em vez de procurar a paz do coração, única felicidade real neste mundo. (...) O homem, como que de intento, cria para si tormentos que está nas suas mãos evitar", traduzindo o apego a materialidade.

Este capítulo nos fala de dois especiais tormentos: a inveja e o ciúme, como venenos para a alma. "Que de tormentos, ao contrário, se poupa aquele que sabe contentar-se com o que tem, que nota sem inveja o que não possui, que não procura parecer mais do que é", sendo essas muitas vezes as causas comuns da ansiedade e da depressão.

E em face aos obstáculos ou desafios existenciais, tendemos a dois tipos de comportamento: 1. Rigidificar/endurecer os nossos afetos perante a dor - o que acontece quando nos negamos a perceber o sentido das nossas aflições; ou 2. Transcender o sofrimento - atribuindo-lhe um significado, tornando-nos pessoas melhores. Quando optamos pela segunda opção cumpre-se a função evolutiva do desafio existencial e evoluímos no nosso processo de crescimento.

Esse mecanismo aplica-se em todos os tormentos que nos atropelam a existência, turvando a nossa vivência da felicidade, seja pela partida de um ente querido ou mesmo pela antecipação fóbica da mesma, uma doença, ou uma vulnerabilidade qualquer que nos perturbe.

De uma forma geral verifica-se que as mulheres estão mais vulneráveis no que toca a sofrerem de perturbações depressiva e ansiosa que os homens. Estes por sua vez tendem ao maior risco de sofrerem de perturbações do controlo de impulsos e perturbações por abuso de substâncias. Sabe-se também que um em cada cinco portugueses apresentou uma perturbação nos últimos 12 meses anteriores ao estudo referido.

A doutrina espírita, como um bálsamo de AMOR, diz que nenhum sofrimento é eterno e sem sentido e tal como a vida no seu carácter transitório, a dor e o sofrimento também o são.

Embora a busca de um comprimido milagroso seja mais fácil e Portugal seja o país da Europa que mais consome ansiolíticos - quase ¼ das mulheres da população geral e 1/10 dos homens os consomem, surge o homem velho em busca do homem novo dentro de si mesmo, em busca de paz e em face das suas contingências íntimas e existenciais a procura de novas respostas à sua espiritualidade. "De degrau em degrau, ascende, caindo para levantar-se, atraído pelo sublime tropismo do Amor!", (...) " Quem teme a escuridão perde-se na noite. Sê tu aquele que acende a lâmpada e clareia as sombras"(...) Ângelis, J. "Jesus e Desafios", ainda que nem sempre de momento entendamos as causas das nossas perdas e aflições.

O caso que se segue ilustra o tema em pauta.

"Era um dia de domingo, no serviço de urgência. Fui chamada para atender uma mãe em aflição num profundo estado de ansiedade por ter recebido naquela madrugada uma má notícia: a sua filha de 14 anos lhe telefonara a dizer que tivera um acidente de viação.

Foi levada em estado de choque para a urgência do hospital.

Estava acompanhada por uma amiga, que esclareceu que a senhora que gritava pelas suas filhas estava em Portugal há seis meses e tinha vindo para tentar uma vida melhor. A sua filha de 14 anos viera com ela e a de 16 anos, tinha chegado há 2 meses, na altura do natal.

O acidente aconteceu na madrugada quando ambas retornavam de uma festa com os seus namorados. O carro derrapou numa curva levando à morte imediata da filha mais velha.

- " O que eu fui fazer? Meu Deus! Isso é castigo! Trouxe a minha filha para morrer em Portugal! Porque Deus fez isto comigo! O que estou a pagar! Não merecia isto!"

Foram todas as questões que foram gritadas com imensa dor por aquela mãe de 43 anos, num momento de profundo desespero. Dor que me fez sentir pequenina diante de tanto sofrimento.

Como explicar as vicissitudes da vida, aparentes injustiças, sem recorrer à espiritualidade?

A doutrina espírita, como um bálsamo de AMOR, diz que nenhum sofrimento é eterno e sem sentido e tal como a vida no seu carácter transitório, a dor e o sofrimento também o são.

"Para julgarmos qualquer coisa, precisamos ver-lhe as consequências". (...) precisamos transportar-nos para além desta vida, porque é lá que as consequências se fazem sentir. Ora, tudo o que se chama infelicidade, segundo as acanhadas vistas humanas, cessa com a vida corporal e encontra a sua compensação na vida futura". ESE, Cap.V. item 24.

Nesse entendimento nenhum sofrimento é em vão! Traduzindo uma finalidade evolutiva, embora muitas vezes possamos ficar obnubilados pela sua aparência e intensidade, dando-nos uma razão e um sentido último para todos os nossos tormentos e dificuldades.

Importante é não perder o sentido, que face à adversidade, seja ela uma perturbação mental, uma doença física ou uma circunstância de vida menos favorável, não estamos sós e nunca estaremos desamparados pela espiritualidade amiga no nosso compromisso existencial.

Gláucia Lima em Aveiro

Dia 26 de março, às 15h30, com entrada livre, o Grupo Espírita Centelha de Luz convida os leitores para assistirem a uma conferência de Gláucia Lima, psiquiatra e estudiosa desde jovem da doutrina espírita.
O tema será "Inimigos desencarnados".
Esta associação fica na fica na Rua Nova de Vilar, Fracção B, em Aveiro. pode contactá-la pelo telefone 910673787 ou pelo email ge.centelhadeluz@gmail.com

Encontro Espírita do Algarve

O Núcleo Familiar Espírita do Mentor Amigo irá realizar o VII Encontro Espírita do Algarve, que terá lugar no próximo dia 15 de maio, no auditório do Hotel Eva em Faro, sendo o tema "Terra - Planeta de Provas e Expiações a Caminho da Regeneração". Este evento está sujeito a inscrição, podendo a mesma ser feita através dos telefones: 289705034; 965053743/4 ou pelo e-mail nfe_mentoramigo@sapo.pt.

Aveiro – Suicídio: causas e consequências

No dia 25 de janeiro, segunda-feira pelas 21h00, realizou-se uma conferência nas instalações da Associação Cultural Espírita Estrela de Aveiro subordinada ao tema "Suicídio, Causas e Consequências", com Mário Pedro.
Esta associação tem a sua sede na Rua Ciudad Rodrigo, n.º 12, R/C – Bairro do Liceu 3810-083 AVEIRO . As palestras têm início às 21h00. Às sextas-feiras, 21h00 fazem estudo do livro "O Evangelho Segundo Espiritismo" alternando com o estudo da mediunidade. Na primeira Sexta-feira de cada mês abordam um tema livre. Todas as atividades da associação são gratuitas. E-mail: aceeaveiro@gmail.com.

Marinha Grande - palestra de José Lucas

A Associação Espírita Rosa Branca, sediada na cidade de Marinha Grande, próximo de Leiria, recebeu uma palestra de José Lucas, de Caldas da Rainha, dia 24 de fevereiro, às 20h30. O tema foi «Relações interpessoais e espiritismo».

Núcleo de Estudos Espíritas de Barcelos

Na última sexta-feira de janeiro, dia 29, pelas 21h30, o Núcleo de Estudos Espíritas de Barcelos recebeu mais um novo orador-convidado. Trata-se de Carlos Miguel, colaborador do Centro Espírita Caridade por Amor (CECA), do Porto.
O tema foi SERENIDADE NA SIMPLICIDADE.
Carlos Miguel é também colaborador do "Jornal de Espiritismo" da ADEP (Associação de Divulgadores de Espiritismo de Portugal) e fundador e colaborador do centro espírita virtual "Espiritismo.net".
O Núcleo de Estudos Espíritas de Barcelos fica na Rua Fernando de Magalhães, n.º 53, em Barcelos. Informações: neebarcelos@hotmail.com / 96 121 84 94 (António Teixeira).

Associação Cultural Espírita Mudança Interior

Dia 16 de janeiro, às 15h00, decorreu na Associação Cultural Espírita Mudança Interior um seminário subordinado aos temas «Educação e Espiritismo», «O jovem espírita no mundo atual», «Atitudes, Educação e Evolução», «A importância da Evangelização dos jovens para a transformação da Humanidade».
Por sua vez, subordinado ao tema «O passe: possibilidades e limitações», a Associação Cultural Espírita Mudança Interior promove no Centro Cultural de Macieira de Cambra, em Vale de Cambra, o 7.º Encontro Nacional de Passistas, no dia 19 de março de 2016.
O tema geral desdobra-se nas seguintes palestras - «Ectoplasma e saúde», António Pinho da Silva, «Centros vitais», Maria Carlos Cativo, «Passe e desobsessão», Hugo Guinote, «Evidências científicas da eficácia da prece», David Brandão, «Passes - aprendendo com os Espíritos», Lígia Pinto e Jorge Santos, «Fluidoterapia e lei de causa e efeito», Paulo Mourinha.

Fonte - ACEMI

A visão espírita do Carnaval

A União Espirita da Região Porto informa que decorreu uma conferência subordinada ao tema «A visão espírita do Carnaval», que foi proferida por António Pinto da Associação Espírita Esperança e Caridade no passado dia 9 de fevereiro às 15h30, no auditório da União das Freguesias de Matosinhos e Leça da Palmeira, na Av. Fernando Aroso, 371, 4450-665 Leça da Palmeira, subúrbio da cidade do Porto.

Olhão: Laços de família e reencarnação

Dia 27 de janeiro, quarta-feira, pelas 21h15, teve lugar uma conferência subordinada ao tema "Laços de família e reencarnação", com Cândida Vieira e Lúcia Luz.
Este evento realiza-se no Centro Espírita Luz Eterna, com sede na Rua de Santana, 35, R/C, Loja A, 8700-416 OLHÃO.

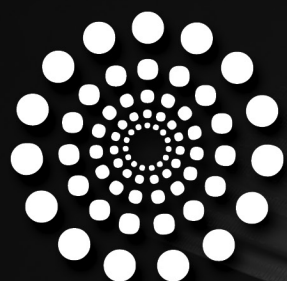
Alcobaça: O Evangelho de Jesus

Sábado, dia 30 de janeiro, às 16,00 horas, o presidente da Federação Espírita Portuguesa, Vítor Féria, apresentou uma palestra pública alusiva ao tema O EVANGELHO DE JESUS, assunto abordado e desenvolvido à luz da doutrina espírita.
O evento teve lugar na nova sede da Associação de Cultura Espírita de Alcobaça, na Rua da Padeira, n.º 4, no lugar de Casal do Rei - Alcobaça.

Funchal: aniversário do CCEF

foto arquivo

O Centro Cultural Espírita do Funchal comemorou em janeiro passado o 10.º aniversário da sua fundação oficial, com o irmão Leão Pita por patrono espiritual.
Como é muito comum no nosso País, o germe da instituição surgiu em encontros de alguns madeirenses (de origem ou residentes) com afinidade de ideais, a partir de 2003, instituindo-se de direito em 2006.
A generosidade e dedicação de quantos se têm empenhado nesta "seara", perfaz uma década fértil em servir o bem da sociedade, o qual se afigura justo, proveitoso e consolador assinalar.
O CCEF promove a salutar prática trimestral dum encontro dos seus componentes em "terapia de grupo", para sustentar/retemperar a vitalidade e harmonia estruturais da equipa.
Mantém grupos de estudo para crianças, jovens e adultos, desenvolvendo um programa editorial de apoio aos pais, na educação integral das crianças. Já vai em três edições. 1.ª: "Tenho um filho, e agora?"; 2.ª: "Educar para ser feliz"; 3.ª, para 2016: "Amar a Vida – Somos Família".
A sua experiência de trabalho com as crianças proporcionou a elaboração de atraente e educativa coleção de livros infantis, editados pela Federação Espírita Portuguesa (FEP).
Hoje o CCEF integra o GRUPO COORDENADOR NACIONAL DO DIJ (Departamento Infanto-Juvenil da FEP) e colabora num programa orientador para educação espírita de crianças e jovens.
O CCEF não descura a caridade de expressão social, dentro e fora de portas da sede. Participou, ainda, numa fraternal experiência ecuménica de dois anos, com palestras públicas sobre convergências e divergências dos credos intervenientes.
Tem acolhido a visita, estímulo e apreço do atual presidente da FEP, Vítor Féria, da então diretora do DIJ Nacional, Maria Emília Barros, de Divaldo Franco, Raul Teixeira, e de muitos amigos e companheiros de ideal.
No mês de janeiro passado comemorou em vários atos este aniversário, o último dos quais foi, no dia 29, a palestra "Mediunidade e Jesus" apresentada pelo autor destas notas.
O Centro Cultural Espírita do Funchal tem sede no Caminho do Poço Barral, n.º 111, 9000 – 292 FUNCHAL – MADEIRA. E-mail: cecfunchal@gmail.com; http://ccefunchal.pt.vu

Por João Xavier de Almeida

Coisas simples que se podem fazer

A primeira página do «Jornal de Espiritismo» por vezes está exposta no escaparate da Biblioteca Municipal de Caldas da Rainha.
É assim porque de dois em dois meses alguém do Centro de Cultura Espírita dá seguimento à tarefa de ir ali oferecer dois «Jornais de Espiritismo». A biblioteca em causa costuma agradecer, quanto mais não seja porque assim consegue oferecer maior variedade de assuntos.
Os jornais são bastante utilizados e, por vezes levados para casa, por alguém mais interessado. Há centenas de bibliotecas em Portugal.
Por que os espíritas não oferecem jornais de dois em dois meses às centenas de bibliotecas, cada uma sediada na sua localidade?
São coisas simples que quem tiver vontade pode fazer.

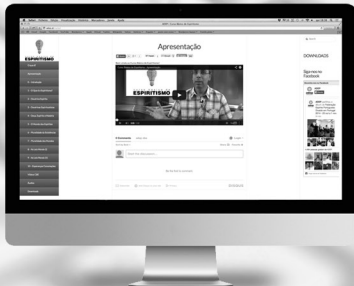
foto jlucas

Aniversário do Centro de Cultura Espírita

foto CCE

Durante janeiro o Centro de Cultura Espírita, de Caldas da Rainha, celebrou o seu aniversário e convidou para esse efeito diversas pessoas de outras cidades portuguesas que explanaram diversos temas no horário semanal das palestras, às sextas-feiras, com início às 21h00.
João Paulo e Filomena, da Marinha Grande, estrearam com música e respetivos comentários esta comemoração no passado dia 8.
Oito dias depois, as palavras vieram com sotaque nortenho e J. Gomes falou sobre «Espiritismo, uma questão de verniz ou de profundidade?».
No dia 22 Luténio Faria, de Águeda, falou sobre disciplina e depois das suas palavras e das perguntas colocadas mais ninguém ficou dúvidas sobre a importância desta virtude menos falada.
Por fim, em 29 de janeiro, Vítor Féria, presidente da direção da Federação Espírita Portuguesa, falou sobre o evangelho.
O CCE tem essas colaborações acessíveis no seu canal de vídeo no Youtube, na internet.

Porto: Porque sofremos?

Dia 22 de janeiro, sexta-feira, pelas 21h30, teve lugar uma palestra subordinada ao tema “Porque sofremos?”, com Virgínia Pinto.
Na sexta-feira seguinte decorreu uma outra conferência dedicada ao tema “O Centro Espírita”, com Luís Pinto, da Associação Sociocultural Espírita de Braga.
Ambos os eventos tiveram lugar no Centro Espírita Caridade por Amor, com sede na Rua Fonseca Cardoso n.º 39, 1.º Dt.º Frente, 4000 ¬ 233 Porto. Contactos: http://www.ceca-¬porto.com.

Seminário: Transtornos dissociativos

No âmbito do curso de formação para agentes promotores da saúde, realizado pela Uniespírito Portugal, realizou-se o primeiro seminário, ministrado pelo Dr. Sérgio Felipe de Oliveira, no passado dia 31 de janeiro em Viseu. O seminário abordou os conteúdos da primeira aula, de 11 aulas do primeiro ano do mesmo curso.

Questões de justiça

Quando pensamos na possibilidade de sermos filhos de um ser Criador, as primeiras questões que nos ocorrem são as relacionadas com a Justiça: porque uns são "ricos" e outros "pobres"; porque alguns assassinos ficam sem castigo e outros inocentes são presos; porque uns nascem com um corpo perfeito, e outros sem membros, sem capacidades cognitivas de interagir com o mundo; porque há paz constante em certos países e guerra permanente noutros...

Estas e outras dúvidas dificultam o entendimento de que Deus possa permitir que alguém sofra, até porque um pai sabe bem o quanto custa ver os seus filhos passar por dificuldades. Mas então que Justiça é esta que dificilmente aceitamos como justa?
Se partirmos do princípio de que Deus, o Pai Criador não é juiz, talvez seja possível obter uma resposta.
Sucintamente é assim que entendemos as questões da justiça: porque o homem ainda erra, próprio do seu orgulho e egoísmo, se fez necessário a aplicação das penas em conformidade com o incumprimento das leis. As leis estabelecem os limites da sua atuação, enquanto cidadão e participante de uma comunidade, garantindo assim a segurança e a paz no Mundo. Quando o homem não cumpre, é punido – faz-se justiça!
E quem vai julgar se o senhor A foi ou não cumpridor com a lei? O juiz. O juiz, também humano e por isso sujeito às mesmas dificuldades, é quem vai decidir o futuro do senhor A. E por vezes "erra", e o senhor A julgado culpado é na verdade inocente na causa. Por isso falamos de injustiça quando a justiça "falha".
Ora o ato de julgar o outro exigiria que o julgador fosse de tal modo imparcial, de tal modo perfeito na sua análise, conhecedor da Verdade, que nunca haveria sentença senão a absolutamente justa. O que, como já referimos, não acontece, na opinião dos homens. Mas porque não há homens moralmente perfeitos, e como tal, não há juízes perfeitos deve-se deixar de julgar aqueles que perturbam a paz e a harmonia terrestre? Obviamente que tal seria impensável. Precisamos de leis, assim como precisamos de juízes para as fazer cumprir. O réprobo deve ser punido pelo mal que fez aos outros. Então se são precisos juízes, mesmo que por vezes errem na avaliação que fazem, e se tanto os culpados como os inocentes sujeitos às mesmas penas, passam pelo castigo, seja ele uma simples repreensão ou uma medida privativa da liberdade, e que esse "castigo" visa a sua reabilitação, de que forma podemos avaliar se há ou não justiça?

foto ulisses.com.pt

Ora o ato de julgar o outro exigiria que o julgador fosse de tal modo imparcial, de tal modo perfeito na sua análise, conhecedor da Verdade, que nunca haveria sentença senão a absolutamente justa.

Ou melhor, quem pode avaliar se "foi feita" justiça?
O assunto é complexo porque nem sempre o incumpridor – aquele que comete uma infração ou um crime – é aos olhos de Deus um transgressor da verdadeira justiça. Por outro lado, nem sempre o que os homens consideram como norma é para Deus uma Lei divina. Vejamos por exemplo o disposto normativo relativamente ao aborto: o Código Penal (art.º 142º) permite a interrupção da gravidez até às 10 semanas, por opção da mãe. Convém referir que essa opção depende exclusivamente da sua vontade e decisão sem quaisquer restrições. Assim, é legal, nestes e noutros casos previstos naquela norma, provocar a morte do feto que sabemos ser uma alma prestes a começar uma nova vida. Mas para o bebé que morre sem ter a oportunidade de nascer, deu-se uma enorme injustiça! E para Deus, o nosso Criador, será este um acto lícito ou um crime?
Sobre o mesmo podemos aferir, noutras circunstâncias, que o consumo do tabaco e outras substâncias tóxicas é permitido pela lei dos homens, porém, sabendo que dá origem à morte prematura do corpo físico, levando o homem ao suicídio lento, não será para Deus um desrespeito das leis universais?
E que dizermos sobre aqueles que cumprem rigorosamente com as regras em sociedade, com as suas obrigações para com o Estado, que nunca infringiram a lei, mas que porém oprimem e violentam na intimidade a família e os que são chegados?
E se de repente, um cidadão desconhecido roubar – ninguém duvida que é crime perante a lei – alimentos para não morrer à fome, ou para prover à família? Será este acto condenado por Deus? Julgamos que não.
Para entendermos as questões de justiça, há que entender Deus. E como vamos entender Deus, perguntam-se, se Deus de tão perfeito tem "razões que a própria razão desconhece"? Entender Deus, é conhecer-lhe a vontade, percebendo que não há injustiças no Mundo.
Partindo desde princípio de que não há injustiça, então tudo o que acontece ao homem é justo, e tudo o que não o parece ser é apenas incompreensão da vontade divina. Ademais, a própria consciência que o homem tem, inata, do que é o Bem e do que é o Mal, também dá origem à compreensão que pela repetição do erro, nasce o sentimento de amor que destrói a vontade de praticar o mal.
Como nos disseram os espíritos, o sentimento de justiça é natural[1], porém o "falso ponto de vista", próprio das paixões humanas, podem alterar esse sentimento e deturpa-lo. Por saber que assim é, Jesus esclarece a questão: "Bem-aventurados e fartos os que têm fome e sede de justiça." (Mateus, Cap. V, Vers. 6. O que por outras palavras significa que aqueles que creem e confiam na justiça de Deus, não ficarão decepcionados porque a justiça de Deus é perfeita.

1 Kardec, Allan, "O Livros dos Espíritos", pergunta 873

Texto: Regina Figueiredo

Espiritismo e medicina na ótica de uma médica: saúde é a verdadeira harmonia da alma

foto jgomes

«Pode ser aqui?», indaga com um sorriso que enche a sala. Por detrás de Maria Paula Silva vê-se uma pintura a espaço inteiro que reflete o talento de alguém. O trabalho evoca a história de Exupéry, «O Principezinho». O herói-menino está de pé-posto num miniplaneta, com as mãos nos bolsos, enquanto uma abóbada de constelações descai sobre o horizonte a segurar a lua.

Aquele sítio cativou como a raposa do conhecido livro a médica fisiatra que aceita falar connosco, sendo inclusive gravada em vídeo.*

Nos seus tempos pós-profissionais, por idealismo e no exercício pleno da sua liberdade de consciência, é vice-presidente da Associação Médico-Espírita de Portugal (AME Portugal) e presidente da AME Norte. As perguntas apareceram.

O que é a AME Norte?

Maria Paula Silva – As associações médico-espíritas surgiram já na década de 60, 70, no Brasil. Porquê? Porque, face à codificação da doutrina espírita, e decorrendo da corrente implementação do paradigma materialista, tornou-se cada vez mais importante trazer a ciência para dentro do movimento espírita.

Essencialmente todos nos preocupamos com a busca da saúde, seja ela de que maneira for. Então, não há dúvida que, dentro da doutrina, aqueles que deveriam ter mais apetência para introduzir essa ligação fossem de facto os da área da medicina.

E então, por orientação espiritual, foi constituída a primeira AME, a Associação Médico-Espírita de São Paulo. A partir daí começou este movimento crescente. Hoje no Brasil existem 69 AME em vários estados, em muitas cidades: é realmente um grande movimento.

No início de 2000 foi constituída a AME Internacional, também já aglomerando vários países, inclusive Portugal, e é nesse contexto de associação a essa AME Internacional que foi formada a AME Portugal e agora a AME Norte como um dos seus braços.

Esta ramificação é necessária. Pela distância não é possível fazer um estudo ou um trabalho quando temos uma sede só em Lisboa. Torna-se necessária a formação de várias células para podermos desenvolver o nosso trabalho.

Agora, qual é o grande objetivo das AME?

Temos noção de que a ciência necessita deste conhecimento espiritual, pois todos já percebemos que só pelo paradigma materialista não vamos encontrar todas as respostas que buscamos há séculos.

Por isso é muito importante esta ligação entre ciência, espiritismo e espiritualidade, e as AME tentam fazer exatamente isso através do estudo profundo da doutrina espírita, muito sedimentada nas obras da codificação, sem dúvida que complementada por toda a literatura espiritual que nos foi trazida, sobretudo as obras de André Luiz, porque têm muita ligação à medicina.

As AME estudam atentamente esses ensinamentos e tentam aplicá-los à área da medicina através de investigações, de experimentações. Vemos por outro lado as pessoas em busca de respostas para a sua vida e diante disso temos também um papel na divulgação desse paradigma.

Embora seja recente a sua criação, que atividades tem desenvolvido entretanto a AME Norte?

Maria Paula Silva – Realmente a AME Norte fez um ano no passado dia 15 de outubro de 2015. A primeira atividade que desenvolvemos enquanto AME Norte foi a participação nas Jornadas de Medicina e Espiritualidade de 2014. E a partir daí, depois de uma conversa com a Dr.ª Marlene Nobre, pediu que abraçássemos esse projeto de divulgação no Norte do país. No ano de 2015 centrámo-nos nisso. Fizemos um conjunto de palestras na Figueira da Foz sobre medicina e espiritualidade e realizámos três seminários.

Para além disso, implementámos um estudo de medicina e espiritualidade e começámos esse estudo associando as obras básicas com um livro de André Luiz e todas as semanas vamos fazendo essa associação e vamos refletindo sobre esses conhecimentos.

Um dos pontos importantes das AME é ter também um trabalho assistencial, de serviço ao próximo, algo que possamos dar à população, e não ficarmos apenas com a divulgação, o estudo e a experimentação.

Nesse sentido, eu e a Dr.ª Inês, para já, iniciámos uma consulta de dor. Para além da nossa especialidade temos competência em dor crónica, que funciona nas instalações da Associação Pegadas de Amor.

A AME Norte tem tido algum tipo de interação com o movimento espírita português?

Maria Paula Silva – Como só temos um ano, de uma forma estruturada não, até ao momento. Temos sim colaborado com os centros espíritas. Fizemos palestras na Figueira da Foz, em colaboração com a associação local.

Temos também uma grande ligação ao Centro Espírita Consolação e Vida, de Águeda, com quem fazemos um estudo todos os meses de hora e meia sobre medicina e espiritualidade.

Que projetos desenham para o futuro?

Maria Paula Silva – A continuação do que termos vindo a estruturar. Continuarmos neste projeto de divulgação, de aumentarmos esta

prestação à população em geral, não só com esta consulta, mas criar outras consultas. Temos outros médicos que também se estão a organizar para poderem doar um pouquinho do seu tempo.

Há algo que é muito importante, quando falamos da AME Norte: é obrigatório falar dos jovens.

Há uma característica muito particular. Aqueles que formaram a AME Norte é um grupo pequeno, mas temos já um grupo muito significativo de jovens, de estudantes de medicina, médicos recém-formados que querem continuar a fazer parte do departamento académico. Temos estudantes de enfermagem, fisioterapeutas, temos um grupo muito jovem e com muita vontade de estudar, de aprofundar o seu conhecimento da doutrina e levar realmente esse conhecimento inclusive para dentro das faculdades.

Nós sabemos que temos de apostar realmente na juventude, não é? Eles têm outra garra, outra determinação para levarem estes projetos em frente.

Um dos nossos grandes objetivos é servirmos de esteio, como mais velhos, pelo menos como encarnados, para os auxiliar nesse crescimento. Sentimos que eles estão a crescer de uma forma muito segura. Eles próprios também estão a começar a estruturar não só um trabalho de estudo mas também um trabalho de assistência à população, em pequenas coisas: visita aos idosos, ajudando nas medicações, levar um medicamento que falta, medir umas tensões arteriais, obviamente que são estudantes a maior parte deles, mas já levam também essa componente da doutrina e da AME.

Eles estão a preparar trabalhos dentro das faculdades, no caso das suas teses de mestrado, incluindo a espiritualidade. É gente com um grande caminho à sua frente e são uma grande aposta da AME Norte.

Para as pessoas que passam na rua, os médicos seriam as últimas pessoas a interessar-se por espiritualidade, pois associam-nos a uma profissão centrada no paradigma materialista. Como explica esta associação a uma dessas pessoas?

Maria Paula Silva – Nem sempre foi assim. Se recuarmos no tempo vamos ver que a medicina sempre esteve ligada à espiritualidade. Historicamente a medicina cresceu com a espiritualidade.

No Ocidente vemos que essa ligação entre medicina e espiritualidade foi-nos trazida por Hipócrates. Nessa época ele traz a relação entre saúde e doença pelo desequilíbrio dos humores e das paixões. Os humores eram a relação entre as substâncias químicas e as hormonas; já as paixões traduziam a relação entre o corpo e a mente.

Já nessa altura havia essa relação muito forte, ligando o ser espiritual e o ser físico. Com certeza que sobretudo nos dois últimos séculos, em que se verificou uma explosão da ciência e durante esse período o homem quase que se sentiu omnipotente, ele achou que pela ciência dentro do paradigma materialista podia explicar tudo. Houve então um afastamento entre a medicina e a espiritualidade.

Mas mais ou menos a partir da década de 1970 isso tem vindo a mudar, porque os médicos percebem cada vez mais que não conseguem explicar tudo pelo paradigma materialista e têm exemplos e testemunhos no seu dia a dia de que realmente assim é. Agora, é como Jesus disse: aqueles que tiverem olhos de ver que vejam e os que tiverem ouvidos para ouvir que ouçam.

foto ulisses.com.pt

Sendo uma médica, com toda a exigente formação universitária que caracteriza essa profissão, como se sentiu atraída por estes assuntos?

Maria Paula Silva – Depois de ter tido conhecimento da doutrina espírita, percebi: há aqueles que são chamados pelo amor e os que são chamados pela dor.

Fui atraída para a doutrina espírita pela dor. Não vim como muitos companheiros nossos que vêm como missionários, não. Fui chamada à doutrina espírita por um momento de grande dor na minha vida, relacionada com uma situação de doença, lá está, em que fui confrontada com a incapacidade de obter todas as respostas à luz do paradigma materialista. A partir dessa altura não mais parei de estudar e tentar levar o meu humilde contributo, porque aprendemos que a quem muito for dado muito será pedido.

Considero que muito me foi dado e, para além do grande amor que sinto e a necessidade que sinto deste trabalho, sinto também uma grande responsabilidade por isso mesmo.

É fácil ou difícil para um médico entender o ser humano como uma composição dirigida por um ser de natureza espiritual, a alma ou espírito, que possui um corpo espiritual e um corpo físico?

Maria Paula Silva – É fácil e é difícil, ou seja, se falarmos de médicos na sua perspetiva global, sabemos que muitos ainda estão presos ao paradigma materialista. Para esses é realmente difícil.

Agora, há um caminho. E percebemos que cada vez há uma maior busca dessa associação.

Para quem já teve oportunidade de conhecer a doutrina espírita, de a estudar, e de tentar enveredar pelo estudo que faz essa ligação, não só é fácil como é o que faz sentido.

Quando aprendemos, não por uma fé cega como alertou Allan Kardec mas por uma fé raciocinada, essa ligação entre o ser espiritual e o ser humano, com certeza que outra forma de olharmos para o ser humano deixa de fazer qualquer sentido, não é? Não podemos esquecer aquilo que aprendemos e aquilo que faz sentido na nossa vida.

Temos noção de que a ciência necessita deste conhecimento espiritual, pois todos já percebemos que só pelo paradigma materialista não vamos encontrar todas as respostas que buscamos há séculos.

Muitas das incógnitas que me iam surgindo no dia a dia no exercício da minha profissão, a partir do momento em que consegui ver o homem como um ser integral, encontrei explicações. Claro: todas? Não, com certeza.

Isso é uma utopia, pelo menos no patamar evolutivo em que o ser humano se encontra. Não podemos ter a pretensão de sabermos tudo e pretendermos explicar tudo. Mas muitas das dúvidas que tinha e que me faziam sofrer e não entender muito daquilo que acontecia com os doentes, em relação à nossa limitação, com certeza que encontrei essas respostas.

Porquê? Porque de facto percebemos que somos um ser integral, que o ser essencial é o espírito e não o corpo físico, e que esse corpo físico é apenas um instrumento do espírito que é sim a essência de cada um de nós e que é imortal.

É importante a visão que nos traz a doutrina espírita da reencarnação, trazendo-nos um significado para a vida e uma explicação para muito daquilo que nos acontece no presente ligado a um passado mas também projetando-nos num futuro, trazendo-nos sempre uma linha não de sofrimento nem de castigo, mas sim de aperfeiçoamento progressivo com destino à felicidade.

Vê-se por isso a busca da saúde de uma forma completamente diferente.

Aliás, a definição que nos é trazida pela Organização Mundial de Saúde já não é dizer que saúde é ausência de doença. Já é uma definição mais avançada, mesmo dentro do paradigma materialista, dizendo-nos que é o bem-estar físico, psíquico e social.

Conseguimos ir mais além dessa definição. Para nós, adoptaríamos a definição de Emmanuel quando ele diz que saúde é a perfeita harmonia da alma.

Como médica, compreendendo o corpo físico, entendemos que saúde é essa verdadeira harmonia da alma.

Poderão estas ideias ligadas à espiritualidade ter algum valor terapêutico?

Maria Paula Silva – Todo o valor. Já percebemos que dentro do paradigma materialista já conseguimos controlar muitas doenças. Controlar! Curar, conseguimos poucas. Quando compreendemos esta relação passado, presente, futuro, entre corpo e espírito, entendemos o porquê.

É porque quando achamos que encontrámos a causa da doença, na verdade essa causa, que consideramos dentro do paradigma materialista primária, não é a causa primária, é a causa secundária. Porque a primária muitas vezes antecede a doença do corpo físico e está relacionada não poucas vezes com desajustes, com desequilíbrios, provenientes da nossa mente. Por vezes com uma alteração vinda do passado, outras vezes com um despoletar por atitudes desta vivência.

Seja as causas infecciosas que parecem tão óbvias – então se é um microorganismo, se está identificado que é aquele microorganismo parece que é ali a causa primária, não há que ver. Mas há sim. Porquê? Porque se estivermos aqui dez pessoas e se estivermos todos sujeitos a por exemplo – agora estamos na altura da gripe – com o vírus veremos que nem todos vamos adoecer, e aqueles que adoecem não adoecem com a mesma intensidade. Porquê? Porque há muitos outros fatores que vão ter repercussão na manifestação e progressão das doenças no nosso organismo.

Chegará o tempo em que com estes conhecimentos as terapêuticas vão ser menos agressivas, porque vamos conseguir harmonizar o nosso organismo sem necessidade de recorrer a terapêuticas ainda por vezes tão agressivas para o nosso corpo físico.

Na sua opinião o espiritismo aprisiona ou liberta o ser humano?

Maria Paula Silva – Meu Deus, mas disso não tenho dúvida nenhuma: é a grande libertação do ser humano. Mas é assim... uma convicção sem qualquer dúvida. A doutrina espírita liberta-nos de tudo. Liberta-nos dos dogmas, dos rituais, dos preconceitos, e liberta-nos a nós próprios.

Quando tomamos conhecimento da doutrina espírita, percebemos que o nosso destino está nas nossas mãos. É o livre-arbítrio. Então, a nossa liberdade é total.

As escolhas dependem unicamente de nós. Agora, há um lado inverso: temos de ter a consciência que aquilo que nos vai acontecer não depende de ninguém, não podemos atribuir a culpa a ninguém, porque temos a certeza que as escolhas e o caminho dependem de nós próprios. Então é o caminho mais libertador que existe, na minha perspetiva.

* Pode assistir ao vídeo desta entrevista no canal da ADEP - no Youtube na lista de reprodução intitulada "À conversa com..."

Corpo carnal: uma extensão do espírito

O reflexo do Espírito é o corpo. A nossa vestimenta carnal foi preparada para guardar de forma muito inteligente a maior riqueza existencial que é a célula espiritual e no efeito de suas capacidades acaba por exteriorizar o que representa de fato os valores invisíveis do Espírito.

foto ulisses.com.pt

A cada nova [re]encarnação abandonamos o corpo carnal anterior, mas certamente preenchemos o nosso veículo espiritual com elementos concretos de nossos aprendizados pretéritos, que se juntam a tantas outras vivências e acabam por definir um complexo sistema de pensamentos que nos acompanham continuamente.

No eixo mediador entre o Espírito e o corpo encontra-se o perispírito. Este último é o responsável pela estrutura que liga o corpo ao Espírito, onde no conceito dos bondosos amigos espirituais «trata-se apenas de um envoltório vaporoso que une esses dois elementos constitutivos da vida encarnada». Assim, o perispírito adquire uma propriedade muito importante no estágio do encarnado, donde há de se verificar que ele não permite que o Espírito se ligue a outro «ninho corporal», senão aquele ao qual está designado desde o seu princípio.

As ações diretamente ligadas ao corpo carnal provocam as mutações espirituais no perispírito e, por via de consequência, no próprio Espírito. Um exemplo bastante comum é quando um desencarnado se apresenta com as mesmas características ainda de encarnado, seja utilizando as mesmas roupas, adereços, maquiagem, etc. Esse corpo vaporoso ainda não é o Espírito, e sim, o perispírito – dando uma demonstração prática de que ao desencarnar a vestimenta do Espírito é o seu próprio perispírito exteriorizando-se para os médiuns sua aparência espiritual. Ou seja, qualquer alteração exterior do corpo material afeta de forma direta e sem intermediários o seu campo perispiritual.

É comum discutirmos com bastante frequência a causa das imperfeições físicas e psíquicas dos seres reencarnados. Ao questionar esta causa e a essência dessas consequências encontramos resposta oriunda de outras experiências existenciais do perispírito. Quando nos alimentamos inadequadamente, quando exageramos nos excessos com o corpo carnal, quando administramos mal a saúde, é exatamente o perispírito quem sofre as consequências imediatas – que somente serão minimizadas através de um sistema de evolução espiritual ao longo de várias encarnações.

Emmanuel, através da mediunidade de Francisco Cândido Xavier, preleciona que "A saúde humana nunca será o produto de comprimidos, de anestésicos, de soros, de alimentação artificialíssima. O homem terá de voltar os olhos para a terapêutica natural, que reside em si mesmo, na sua personalidade e no seu meio ambiente. Há necessidades, nos tempos atuais, de se extinguirem os absurdos da "fisiologia dirigida". A medicina precisa criar processos naturais de equilíbrio psíquico, em cujo organismo, se bem que remoto para as suas atividades atômicas, se localizam todas as causas dos fenômenos orgânicos tangíveis [...]". Aponta, assim, para a necessidade de uma modificação das estruturas terapêuticas e curativas, baseando-se nos valores do Espírito para que possamos preservá-lo de forma integral.

O benfeitor espiritual nessas considerações elucida vários pontos acerca da saúde integral do ser, como também traz a lume as essências espirituais que nos alertam para os passos das reencarnações futuras e até do equilíbrio que devemos conquistar ainda na atual existência.

Sendo sabedores dos valores do Espírito esses «irmãos invisíveis» nos esclarecem a fim de que possamos consciencializar-nos dos desregramentos e, numa atitude séria e equilibrada, buscarmos equalizar a sintonia com os princípios norteadores da vida saudável, para o corpo e o Espírito.

As ações diretamente ligadas ao corpo carnal provocam as mutações espirituais no perispírito e, por via de consequência, no próprio Espírito.

Conclui Emmanuel que "[...] O estado precário da saúde dos homens, nos dias que se passam, tem o seu ascendente na longa série de abusos individuais e coletivos das criaturas, desviadas da lei sábia e justa da Natureza. [...] A máquina, que estabeleceu tanta miséria no mundo, suprimindo o operário e intensificando a facilidade da produção, há de trazer igualmente, uma nova concepção da civilização que multiplicou os requintes do gosto humano, complicando os problemas de saúde; há de ensinar às criaturas a maneira de viverem em harmonia com a Natureza". Desvenda o que ontem era mistério, proporcionando reflexões e esclarecimentos acerca do corpo carnal, períspirito e centelha espiritual.

Texto: Kildare de Medeiros Gomes Holanda

Um Tempo para o Amor

foto arquivo

Em "Alice no País das Maravilhas", o Coelho Branco está sempre cheio de pressa, olha de forma compulsiva para o relógio e aflige-se porque se encontra invariavelmente atrasado. Saído da imaginação do escritor britânico Lewis Carroll há 150 anos, ainda hoje o Coelho Branco corre contra o tempo, acelera o ritmo dos seus passos para acompanhar a urgência das horas mas o tempo parece cada vez mais curto. É uma imagem familiar, não é? Fazemos parte de uma cultura em que o imediato é imprescindível e em que tudo tem de ser produtivo e otimizado. Já nem temos tempo para refletir sobre o caminho que nos trouxe até aqui.

Ninguém chega ao mundo de mãos vazias. No corpo transporta a herança genética dos seus progenitores mas também a história biológica dos antepassados e de toda uma evolução orgânica que os paleontólogos estimam que dure há cerca de 3,5 mil milhões de anos. O ambiente cultural é resultado de conquistas civilizacionais que o homem alcançou ao longo de milhares de anos de progresso contra as formas mais esdrúxulas de ignorância. Na sua alma, carrega uma bagagem recheada de virtudes e conflitos acumulados em experiências passadas que vão ficando esbatidas na memória dos tempos, a que junta planos e promessas de tudo o que aspira ainda alcançar. Tudo isto exigiu muito tempo, foi um prolongadíssimo processo de maturação e de espera pelas condições adequadas para se consolidar no que é hoje. Deus não tem pressa. A sua sabedoria incorpora a infinita paciência de um jardineiro que aguarda pelo tempo propício para o desabrochar das suas flores.

Ama-se alguém pelo que é, em suas imperfeições, em seus conflitos, em suas vocações do ser, ou então não se ama de todo.

Não temos tanta paciência assim. A nossa capacidade para entender a vida é limitada e julgamo-nos capazes de apressar, ludibriar até, os mecanismos que sustentam todo o universo. Na educação não é diferente. Uma criança é uma força ativa e pensante, uma personalidade forjada pelos vincos do tempo que escolhe, exige, argumenta, contraria e influencia o mundo à sua volta. Ela não pode ser moldada como quem cinzela uma escultura, uma vez que responde às condições que se lhe apresentam e aos estímulos que surgem de acordo com um sentir próprio que vai sublimando aos poucochinhos, impregnando a vida com algo de si mesmo como se colocasse a sua marca, a sua assinatura. A educação deverá ajudá-la a manifestar de forma equilibrada as suas potências de vida, transmitindo-lhe o que ela necessita para sustentar o seu desenvolvimento saudável, prepará-la para a autonomia e responsabilidade da vida adulta e impulsionar o crescimento espiritual. Mas a educação não se compadece com automatismos. Para educar é preciso ter tempo mas também compreender o tempo do outro. As pressas na educação privilegiam tanto o utilitarismo como uma refeição apressada dá preferência ao pronto a comer.

Sem tempo, o outro é idealizado a partir do que gostaríamos que ele fosse. Pretende amar-se alguém que poderá surgir no futuro. No entanto, o verbo amar não pode ser conjugado em tempos futuros ou condicionais, ama-se no presente indicativo. Ama-se alguém pelo que é, em suas imperfeições, em seus conflitos, em suas vocações do ser, ou então não se ama de todo. Um dos quadros mais comoventes que ocorrem nas reuniões mediúnicas pertencem àquelas mãezinhas que, diante de um espírito endurecido pelos seus conflitos íntimos, vêm-lhes dar o seu testemunho de ternura e compreensão. Mães que nalgumas situações os embalaram em encarnações tão distantes mas que nunca os deram como perdidos, aproveitando qualquer oportunidade para tocá-los no fundo das suas dores com a incondicionalidade do seu amor. Por vezes, só elas são capazes de o fazer.

Todo o tempo e amor dedicado aos nossos filhos não os tornarão invulneráveis, a vida não os poupará à sua dose de dor. Por vezes apenas poderemos ser espectadores da vida dos nossos filhos. Mesmo os adeptos mais entusiastas, por melhor apoio e estímulo que possam dar à sua equipa, não podem lutar por ela nem suar por ela. Sofremos com os nossos filhos mas não conseguimos sofrer por eles. Se não os podemos moldar nem os conseguimos enclausurar numa armadura à prova de dor, resta-nos a tarefa de os preparar bem nas diversas dimensões que a vida lhes apresenta. É preciso que aprendam a enfrentá-las, saibam vencê-las ou aceitem viver com as dificuldades integrando-as nas suas vidas. Para o fazermos, é indispensável tempo para conhecer melhor os nossos filhos. Como eles pensam e o que eles pensam. Não é possível educar alguém pelo Skype ou pelo Youtube, é preciso estar lá, olhar nos olhos, sentir a dúvida, tocar a dor, a dificuldade, dar a mão, o braço, o colo, é preciso tempo para criar confiança, tempo para compreender, para entender a singularidade daquele ser que está à nossa frente, para conseguirmos orientar a educação de acordo com as suas especificidades. Educar com tempo e amor não é só dar carinho, é também saber zangar-se quando é preciso, frustrar e intransigir no que é inadmissível, desapontarmo-nos e mostrá-lo quando tiver mesmo de ser, mas não fazê-lo por nós, não pelas nossas ilusões, expectativas ou frustrações, é fazê-lo por aquele que amamos por sabermos que é disso que ele precisa.

No clássico livro do escritor Francês Saint-Exupery, a raposa diz ao Principezinho: "Foi o tempo que perdeste com a tua rosa que fez a tua rosa tão importante". Quando nos sentimos importantes na vida de alguém, verdadeiramente amados pelo que somos, os benefícios para a auto-estima e bem-estar são extraordinários. A certeza do amor é um tónico insubstituível nas nossas vidas. As dificuldades ficam mais pequeninas quando caminhamos ao lado de alguém que nos ama. Amar não é uma obrigação a que a paternidade nos empurra, ou algo que saia da boca para fora ou para consumo de redes sociais. Amar é a vontade, a disponibilidade, é o tempo que entregamos àquilo que consideramos mais importante. Amar é o tempo que investimos em dar um pouco mais de nós em benefício de alguém. Não existindo amor sem dedicação nem dedicação sem tempo, apressado como anda, conseguirá o Coelho Branco amar verdadeiramente?

Carlos Miguel

Vamos pazear?

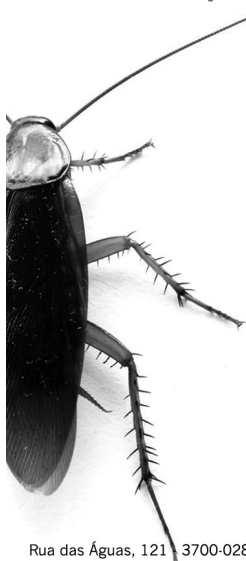
A vida do ser humano é feita de rotinas, de hábitos, de ciclos que se repetem. No fim de mais um ano civil, altura em que se comemora a passagem de ano com várias festas, é normal as pessoas entupirem os telemóveis com mensagens de esperança, de ânimo, de desejo de êxito, para o novo ano que aí vem.

foto ulisses.com.pt

Numa dessas mensagens, em jeito de brincadeira, enviei uma mensagem dizendo "Que possamos todos pazear em 2016".
A resposta não demorou muito, sob a forma de uma pergunta. "Pazear ou passear?"
Em jeito de provocação respondi: "pazear... vai ao dicionário ver o que significa".
De facto, o verbo pazear é um ilustre desconhecido entre nós, e certamente muitos leitores irão confirmar, ao seu dicionário, se ele existe mesmo...
Pazear significa pacificar, fazer a paz, e é interessante que seja um verbo que caiu em desuso na língua portuguesa.
É nosso hábito, nestas ocasiões, desejar tudo de bom aos amigos e familiares, certamente com boa vontade e intenção, que logo passa, à primeira contrariedade que nos apareça, nem que seja dez segundos depois.
Falamos muito de paz, mas fazemos pouco por ela...

Há mais de 2 mil anos, Jesus de Nazaré deixou um roteiro de felicidade à Humanidade: "não fazer ao próximo o que não desejamos para nós próprios"...

Todos queremos a paz, mas favorecemos a guerra, com as nossas atitudes belicosas...
Queremos viver em paz, mas cada vez há mais violência doméstica...
Desejamos a paz, mas temos o coração envolto na sombra da agressividade...
Temos sentimentos pouco pacíficos, o que se torna real quando somos contrariados...
Temos pensamentos de agressividade, cada vez que a nossa paciência é posta à prova...
Temos palavras que ferem, cada vez que alguém discorda de nós...
Temos atitudes que magoam, cada vez que nos sentimos ameaçados na nossa zona de conforto...
Há mais de 2 mil anos, Jesus de Nazaré deixou um roteiro de felicidade à Humanidade: "não fazer ao próximo o que não desejamos para nós próprios"...
Há mais de 2 mil anos que, apesar dos estrondosos avanços tecnológicos e intelectuais, o homem avança lentamente no campo moral, fazendo questão de carregar ódios, mágoas, egoísmo, orgulho, ao invés de investir na paz, ao invés de... pazear.
O convite sublime que os Espíritos superiores deixaram há cerca de 158 anos, aquando do aparecimento da Doutrina dos Espíritos (ou Doutrina Espírita ou Espiritismo), foi que nos amássemos e nos instruíssemos.
Contrariamente a este novo apelo, que vem de encontro ao convite de Jesus de Nazaré, o Homem em vez de se amar e de amar o próximo, ele arma-se, seja com armas de fogo, seja com a arma da língua afiada, do pensamento em desalinho, do sentimento perturbado.
Neste início de ano de 2016, reiteramos aqui a solução apresentada por Jesus, e reiterada pelos Bons Espíritos desde meados do século XIX até aos dias de hoje, para que em cada dia que passa, possamos pazear cada vez mais, na certeza de que, somente assim, cada um, pazeando de per si, o mundo melhorará!
Vamos pazear?
Fica ao seu critério...

Por José Lucas
jcmlucas@gmail.com

Resistência espiritual

Viver entre uma multidão de valores, normas e estilos de vida em competição, sem uma garantia firme e confiável de estarmos certos é não só perigoso como também cobra um preço psicológico elevado.

foto ulisses.com.pt

Às vezes, olhamos ao redor e parece tudo errado: os nossos valores parecem tão desfasados do que vemos que perdemos a noção de quem está bem ou não ou se vale a pena continuar pelo caminho que os nossos valores e convicções naturalmente desenham.
Como diz Julia Kristeva (no livro "Nações sem Nacionalismo"), "é rara a pessoa que não invoca uma proteção primordial para compensar a desordem pessoal". E todos nós, às vezes mais e às vezes menos, encontramo-nos num estado de "desordem pessoal". De vez em quando, sonhamos com uma "grande simplificação"; sem aviso, envolvemo-nos em fantasias regressivas que nos levam a viver sempre entre muros. Repare-se, a título de exemplo, nos recentes movimentos universitários em que estudantes norte-americanos pedem protecção dos conteúdos de alguns livros que consideram perigosos, nomeadamente clássicos da literatura grega e romana. Ou os adolescentes e as suas mudanças de comportamento, ora isolando-se ora mantendo comportamentos de risco. Ou o medo dos pais de que as suas crianças tenham medo. Ou a tentativa de normalizar os comportamentos através do controlo, incluindo através de ramos como a psiquiatria.
Todavia, como observou T.H Marshall noutro contexto, quando muitas pessoas correm simultaneamente na mesma direcção, é preciso perguntar duas coisas: atrás do quê e do que estão a correr.
Neste ponto vale a pena recordar Paulo e Silas que, perto da meia-noite, nas trevas da prisão, oravam e cantavam hinos a Deus e os outros presos os escutavam (Actos, 16:25). Enquanto muitos permaneciam ali sem esperança, aqueles discípulos de Jesus, dilacerados pelas torturas físicas, começam a orar. Na linguagem intemporal do exemplo, eles escolheram a coragem. E a prece.

É preciso fazer coisas diferentes e de forma diferente; agarramo-nos aos hábitos e rotinas ou a outros refúgios porque são menos stressantes e mais confortáveis.

Não surpreende, pois, que a Psicologia actual esteja a concluir que vale a pena escolher a coragem em detrimento do nosso conforto. "O melhor da nossa vida começa no limite da nossa zona de conforto. Para despertar o nosso potencial, temos de nos levar para fora dos nossos padrões diários", defende a psicóloga Shilagh Mirgain. É preciso fazer coisas diferentes e de forma diferente; agarramo-nos aos hábitos e rotinas ou a outros refúgios porque são menos stressantes e mais confortáveis. Porém, para atingir fins maiores, temos de ir além disso.
Uma forma de ir além é abrir mão das ideias e noções que possamos ter, por exemplo, quando ouvimos falar de Deus, de Jesus ou de ideais como Justiça, Educação, etc. Algumas pessoas acham que já sabem por terem lido livros ou ouvidos diferentes professores, mas quantos de nós permitimos realmente que as palavras venham até nós? Quantos de nós permitimos a nós mesmos ver o sentido dessas palavras deixando que se estabeleçam na nossa compreensão? É esse o convite que, por ora, lhe faço. Há alturas das nossas vidas em que mente e coração se enrolam como um gato ao colo da fé no futuro porque o presente está a doer aquele tanto que pensamos já não aguentar. Mas olhe para a rua e… reparou que as magnólias já floriram?
Aprendamos com o exemplo de Maria de Magdala. Sensível e intuitiva, ela guardava no seu íntimo valores morais nela incutidos desde a infância. Forte, emancipou-se perante os modos acabrunhantes da sua época, mas, a certa altura, deixou-se vencer pelo cansaço. Naturalmente, muitos espíritos aproveitaram a ocasião, pois, momentaneamente desviados do amor, eles sabem que vivemos em interdependência vibratória e, por isso, os valores das pessoas que nos cercam podem sufocar-nos ou sufocar a nossa consciência em momentos de fragilidade emocional. Ainda assim, Maria de Magdala saiu da sua zona de conforto e ousou. Ousou fazer de Jesus o condutor da sua alma, começando aí a renovação da sua vida. Porque se "cada um é tentado quando atraído e engodado pela sua própria concupiscência" (Tiago, 1:14), também cada um tem uma horta de amor na sua alma que lhe cabe cultivar, sendo essa a grande fonte de alegria que nos evita o desespero. Dediquemo-nos ao bem de nós mesmos, como exorta Emmanuel.
E complementa Kardec: "Que se faz quando está viciado o ar? Procede-se ao seu saneamento, cuida-se de depurá-lo, destruindo o foco dos miasmas, expelindo os eflúvios malsãos, por meio de mais fortes correntes de ar salubre. À invasão, pois, dos maus fluidos, cumpre se oponham os fluidos bons e, como cada um tem no seu próprio perispírito uma fonte fluídica permanente, todos trazem consigo o remédio aplicável. Trata-se apenas de purificar essa fonte e de lhe dar qualidades tais, que se constitua para as
más influências um repulsor, em vez de ser uma força atrativa. O perispírito, portanto, é uma couraça a que se deve dar a melhor têmpera possível." (in "A Génese").
Todos, sem excepção, somos peões em inúmeros trânsitos de influências espirituais, mas voltemos o coração para a prece por alegria e por vida nos momentos em que a tristeza, desânimo ou cansaço quiserem morar em nós. Porque "se o mundo experimenta a tempestade, procuremos a oração, o trabalho e a fé porque outro dia glorioso está a nascer e em Jesus repousa a nossa resistência espiritual" (Emmanuel/ Chico Xavier, "Segue-me").

Por Filipa Ribeiro

Filme espírita premiado em festival

O filme curta-metragem «Agora já foi!» recebeu dois de quatro prémios possíveis, no Festival de Cinema Transcendental de Brasília, ocorrido no dia 23 de maio de 2015.

Os prémios recebidos foram Melhor Direção e Melhor Filme (prémio máximo do festival).

«Agora Já Foi» é uma realização da Federação Espírita do Amapá – FEAP, do Brasil, em co-produção com a Amazónia Filmes, e faz parte do projeto SEMEAMAR, que objetiva alertar os jovens para a questão do aborto e do suicídio, tão presente na nossa sociedade, já que o maior índice nacional de suicídio e aborto entre os jovens está justamente no Amapá (isto, no Brasil).

O roteiro e a direção são da jovem amapaense Manuela Oliveira.

A preparação do elenco foi de Thomé Azevedo, a direção de produção foi de Ana Vidigal, sendo a produção executiva de Felipe Menezes.

A principal função do filme é servir de ferramenta para o projeto SEMEAMAR, da Federação Espírita do Amapá – FEAP (Brasil), que pretende exibi-lo nas escolas de ensino médio, promovendo debates sobre os temas – aborto e suicídio.

A Federação Espírita do Amapá fez uma «avant-première», no Cine Imperator, no Macapá, no dia 6 de junho de 2015, às 10 horas da manhã, para lançar o filme à sociedade amapaense e cobrou 1 kg de alimento não perecível como entrada.

Aproveitámos o ensejo para falar com Felipe Menezes:

José Lucas - Quem é Felipe Menezes?

Felipe Menezes – Sou Manuel Felipe Menezes da Silva Júnior, brasileiro. Nasci e moro em Macapá, capital do Estado mais ao Norte da Amazónia Brasileira e exerço a profissão de Promotor de Justiça.

No movimento espírita tenho duas atribuições: secretário da Comissão Regional Norte da Federação Espírita Brasileira e vice-presidente da Federação Espírita do Amapá. Desenvolvo as seguintes tarefas espíritas: dirigente e doutrinador em reunião mediúnica, palestrante, atendimento e passista.

- Em que projetos está inserido na divulgação espírita?

Felipe Menezes - Os nossos principais projetos de divulgação da doutrina no Amapá são: Feira do Livro Espírita, Congressos e Seminários para o público externo.

- Faz parte da Associação Brasileira de Artista Espíritas - ABRARTE?

Felipe Menezes - Não fazemos parte da ABRARTE diretamente, mas apoiamos a arte espírita no nosso estado.

- Como aparece o projeto SEMEAR?

foto arquivo

"Pensámos em criar um filme que envolvesse uma abordagem jovem sobre os temas suicídio e aborto, com um enfoque nas consequências físicas, psicológicas e espirituais"

Felipe Menezes - O projeto Semeamar surgiu pela necessidade da nossa sociedade local, pois o estado do Amapá é "campeão" nacional de abortos na juventude e de suicídios.

- Que atividades têm feito nesse projeto?

Felipe Menezes - O projeto usa como ferramenta um filme de curta-metragem produzido pela nossa Federação Espírita. Em 2015 já apresentámos o filme com posterior cine-debate em 17 escolas públicas e uma universidade.

Tivemos notícia de uma senhora que abortou na juventude, e decidiu fazer uma inseminação artificial para engravidar, e várias jovens declararam que deixaram de abortar, ao assistir ao filme e ao debate.

- O que fez em Campo do Brito, Sergipe, Brasil, no evento 5.º Campo do Brito Espírita, em novembro de 2015?

Felipe Menezes - Em Campo do Brito apresentámos o filme com cine-debate para 738 jovens em cinco escolas locais. Tivemos notícia que uma jovem deixou de abortar após assistir ao filme.

- Como surgiu o filme "Agora já foi?"

Felipe Menezes - O filme nasceu de uma inspiração após um cine-debate sobre influência espiritual, que fizemos com jovens, em 2014, na Federação Espírita do Amapá, e teve um "feedback" positivo dos participantes.

Pensámos em criar um filme que envolvesse uma abordagem jovem sobre os temas suicídio e aborto, com um enfoque nas consequências físicas, psicológicas e espirituais.

O roteiro foi escrito por uma jovem chamada Manuela Oliveira, que estuda na Faculdade de cinema, em Brasília. Quando a jovem iniciou o roteiro, o seu guia espiritual aproximou-se e projetou na sua tela mental as principais cenas. A Federação Espírita Brasileira patrocinou parte dos recursos, após atestar que o filme estava doutrinariamente correto.

- Que prémios arrecadou?

Felipe Menezes - O filme foi premiado como Melhor Direção e Melhor Filme, no V Festival de Cinema Transcendental de Brasília, e concorreu com filmes produzidos em várias partes do Brasil.

- O que pretendem fazer com o filme?

Felipe Menezes - A principal missão do filme é prevenir o aborto e o suicídio, dois grandes males do mundo moderno. Oferecemos gratuitamente a quem queira usá-lo, e brevemente estará no YouTube.

- Algumas considerações finais aos leitores do "Jornal de Espiritismo"?

Felipe Menezes - As nossas palavras finais são de estímulo à divulgação de nossa amada doutrina, que tanto tem a esclarecer, fazer-nos melhores, mais conscientes e felizes.

Por José Lucas

O Livro dos Espíritos (Allan Kardec)

Foi com muita alegria e admiração que tomámos conhecimento de mais uma edição de «O Livro dos Espíritos» de tradução do emérito e saudoso professor José Herculano Pires (1914-1979), feita em Portugal.
Esclarecemos que a primeira editora a publicar tão nobre tradução no país foi a do CEPC – Centro Espírita «Perdão e Caridade» (Lisboa), em 1979, graças à generosidade do Sr. Casimiro Duarte (1904-1986), fundador e dono dos extintos Armazéns Alegrete – Poço do Borratém, Lisboa, amigo de Herculano Pires e de sua família, grande benfeitor do movimento espírita nacional, e em particular do CEPC.
Temos em mãos o livro que nos revela que «o espírito e os seus problemas saíram do terreno da abstracção, para se tornarem acessíveis à investigação racional, e até mesmo à pesquisa experimental», mostrando-nos que «o sobrenatural tornou-se natural», e que «não existe o sobrenatural, senão para a ignorância humana das leis naturais...».
De leitura acessível a qualquer um, é constituído por 1019 questões — algumas desdobradas em alíneas — colocadas por Allan Kardec (1804-1869) aos Espíritos, que dão as directrizes para compreender quem somos, porque estamos aqui, porque sofremos e para onde vamos após a experiência na carne. As questões e respostas estão, ainda, intercaladas por observações judiciosas, explicações objectivas e estudos desenvolvidos pelo próprio Codificador.

Lembramos que «O Livro dos Espíritos» é uma obra que deve ser constantemente lida, estudada, meditada e anotada, por todos os trabalhadores espíritas, e por todos os que desejem conhecer e compreender o Espiritismo, uma vez que a mesma não representa o pensamento de um só homem ou de um só espírito, mas sim da plêiade de Espíritos superiores, responsáveis pela evolução planetária sob a direcção de Jesus.
Esta tradução está precedida do mais completo estudo feito até hoje sobre este livro, intitulado de «Introdução a "O Livro dos Espíritos"», elaborado pelo distinto professor e tradutor Herculano Pires, com o propósito de integrar a edição especial que a LAKE – Livraria Allan Kardec Editora (São Paulo), preparou para as comemorações do primeiro centenário da obra, a 18 de Abril de 1957.
Esta introdução é composta de oito pequenos capítulos: apresentação, A Codificação Espírita, A Filosofia Espírita, A Dialéctica Espírita, A legitimidade do livro, O problema científico, O problema religioso e Estudos futuros. Cada uma destas partes constitui uma jóia para o espírito sequioso de aprender o conteúdo do Livro que nos liberta de dúvidas, superstições e sombras, e assim nos possibilita evoluir de forma consciente e mais rápida, rumo ao futuro livre e feliz.
A editora «Luz da Razão», que publica esta edição, «propõe-se investir no poder do livro como ferramenta preciosa para libertar distorções na forma como o Homem contemporâneo compreende a sua vida, tendo como bússola os princípios iluministas que fizemos incorporar no nome da Editora.»

Carlos Alberto Ferreira

As cartas psicografadas por Chico Xavier

Nascido a 2 de Abril de 1910 em Pedro Leopoldo, uma pequena cidade perto de Belo Horizonte, Chico Xavier foi um médium extraordinário e o maior divulgador da Doutrina Espírita. Simples e amoroso, através da sua dedicação e sensibilidade deu uma inestimável contribuição para dinamizar o movimento espírita e expandi-lo popularmente muito para além do que antes acontecia. De instrução escolar precária, fez publicar 451 livros sem nunca admitir ser o autor de qualquer obra. Defendia que apenas reproduzia o que os Espíritos lhe ditavam e não aceitou receber qualquer benefício económico das dezenas de milhões de exemplares vendidos um pouco por todo o mundo, endereçando os lucros dos direitos de autor para a divulgação do Espiritismo e obras de assistência social.
Em 1967 Chico Xavier começou também a psicografar perante pequenas multidões que ansiavam por notícias dos seus entes queridos desencarnados. Esse período de produção psicográfica, que se prolongou desde essa altura até ao início da década de 90, ficou conhecido como a fase consoladora da obra de Chico Xavier. Essas mensagens, com informações familiares que o médium não podia conhecer, detalhes da personalidade, expressões linguísticas e até mesmo as assinaturas dos autores desencarnados, ajudaram a aliviar o desespero de muitos que sofriam com a separação dos que mais amavam, ao oferecer-lhes a certeza de eles viviam algures e que um dia se reencontrariam. Para além disso, as mensagens eram riquíssimas em informações práticas sobre os princípios básicos do Espiritismo, revelando na primeira pessoa como os seus autores se encontravam na espiritualidade, bem como trazendo conhecimentos efetivos sobre questões como a imortalidade da alma, lei de causa e efeito, evolução do Espírito, a ideia da morte como uma libertação ou a superação das dificuldades como processo de crescimento.
Essas mensagens foram imortalizadas em muitas obras literárias, tal como "Somos Seis" e "Jovens no Além", mas também adaptadas ao cinema. O filme "As Cartas Psicografadas por Chico Xavier", realizado em 2010 por Cristiana Grumbach, é um desses casos. A realizadora usa o género documentário para nos levar ao encontro de algumas cartas mas sobretudo das mães que as receberam. Ao longo de 85 minutos, somos testemunhas de histórias de perdas insuportáveis atenuadas por aquelas palavras escritas pelo punho de Chico Xavier mas dirigidas pelos Espíritos daqueles que haviam partido. No filme, as cartas são lidas por entre silêncios e espaços despidos de alguém que falta mas que se mantém presente.

As histórias vão-se repetindo, respeitando o recato dos sofrimentos, sem os expor demasiado nem procurando o sentimentalismo fácil, insistindo sobretudo nos processos de superação do luto, nas evidências de autenticidades das mensagens, nos detalhes dos encontros com Chico Xavier e na forma como eles transformaram a vida e a dor da perda daquelas que as receberam.
Os testemunhos são dolorosos mas carregados de esperança. Pessoas simples, a esmagadora maioria sem qualquer ligação anterior ao espiritismo, e que viram a sua percepção sobre a vida e a morte transformadas por um fenómeno que não encontram forma de negar a veracidade. É emocionante também perceber o carinho que Chico Xavier dedicava a cada pessoa. O sofrimento daqueles que o procuravam não era mais um a juntar a muitos outros. Pelos relatos percebe-se que Chico fazia as pessoas sentirem-se acarinhadas e compreendidas nas suas vulnerabilidades, sentiam-se amadas, especiais. E isso é ainda mais extraordinário sabendo que Chico tinha todos os dias uma multidão à sua porta ansiando por uma palavra abençoada ou uma mensagem do além que pudesse mitigar as saudades e sede de notícias dos que haviam partido para um outro mundo. Este é um dos filmes menos populares sobre a obra do amoroso médium de Uberaba. No entanto, julgo que não existe forma mais bela de mostrar o carácter sublime da sua obra do que evidenciar a luz que ele acendeu no coração das pessoas que tocou. Este filme cumpre esse propósito de uma forma tão simples que se torna admirável.

Título Original: "As Cartas Psicografadas por Chico Xavier"
Realizado por Cristiana Grumbach
Brasil, 2010 – 87 min.

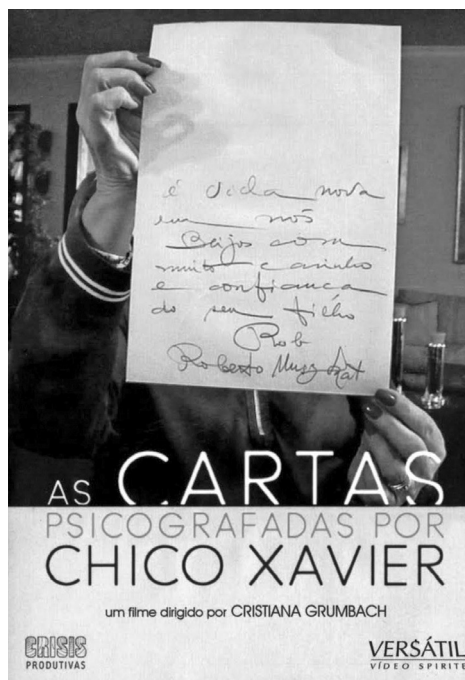
Por Carlos Miguel

IMPRESSÃO DIGITAL

foto direitos reservados

Entrevista a frequentadores

Maria Amália Martins conta 57 anos e é auxiliar de ação educativa. Mora no Baixo Alentejo, em Castro Verde.

Como conheceu o espiritismo?
Maria Amália Martins - Conheci o espiritismo através duma colega de trabalho, que me convidou para assistir uma palestra no centro espírita. Desde então nunca mais deixei de frequentar, e já se passaram oito anos .

Frequenta algum centro espírita?
Maria Amália Martins - Sim! A Associação Espírita Allan Kardec, em Castro Verde.

Qual a sua opinião acerca do «Jornal de Espiritismo»?
Maria Amália Martins - Gosto do jornal porque é um bom instrumento de aprendizagem, cheio de excelentes artigos. A diversidade de temas também facilita a compreensão desta filosofia maravilhosa e informa-nos dos eventos, o que contribui para a divulgação da doutrina! Muito obrigado a estes trabalhadores do Cristo.

Do que já conhece do espiritismo, ele mudou alguma coisa na sua vida?
Maria Amália Martins - O Espiritismo mudou muito a minha maneira de estar neste planeta. É uma filosofia que me deu muitas respostas que ajudaram a fazer as escolhas mais assertivas e mostrou-me o sentido da vida, enfim este conhecimento cristão libertou-me de preconceitos e de velhos paradigmas que entravavam a evolução espiritual.

foto direitos reservados

Entrevista a dirigentes

Maria da Conceição Venâncio, de 68 anos, é funcionária pública aposentada. Frequenta a ACEA - Associação de Cultura Espírita de Alcobaça.

Como conheceu o espiritismo?
Maria da Conceição Venâncio - Conheci o Espiritismo através de um amigo, colaborador do Centro de Cultura Espírita de Caldas da Rainha, onde fui frequentadora e, posteriormente, colaboradora, durante vários anos.

O espiritismo modificou a sua vida?
Maria da Conceição Venâncio - O Espiritismo, de forma direta e imediata, não modificou a minha vida, mas fê-lo de forma indireta, já que me ajudou a mudar a minha maneira de entender e aceitar as coisas menos boas que me aconteciam.
Passei a considerar essas situações não como problemas, mas como oportunidades de superação e melhoramento pessoal. Como consequência, houve, de facto, uma melhoria acentuada na minha vida.

Que livro espírita anda a ler neste momento?
Maria da Conceição Venâncio - Neste momento ando a ler dois livros espíritas: «O Espírito e o Tempo», de J. Herculano Pires e «Vozes do Outro Lado da Vida», publicado pela FEP.

Sabia que?

AMÉLIA REIS

01 A doutrinação é uma terapia com base no amor, e em que o doutrinador procura orientar os Espíritos pouco evoluídos e sofredores no sentido de optarem pelo caminho do bem e, consequentemente, da evolução espiritual?

02 O livro “Todos os animais merecem o céu”, da autoria do médico-veterinário Marcel Benediti e relata a reencarnação dos animais, a eutanásia, o sofrimento desses seres como forma de evolução, entre outros assuntos, foi premiado no Concurso Literário Espírita João Castardelli 2003-2004, promovido pela Fundação Espírita André Luiz, do Brasil?

03 Atingindo o estado de Espírito puro o Espírito deixa de revestir um corpo material, tendo como único envoltório o perispírito?

04 Em carta dirigida a António Wantuil de Freitas, presidente da FEB, em 30 de Março de 1946, Chico Xavier refere que: “Emmanuel tem comentado os nossos propósitos de receber, para os círculos infantis, trabalhos simples, dedicados aos pequenos e adolescentes, que interessem, de modo mais fundamental o espírito infantil”?

05 A primeira inscrição para as XII Jornadas de Cultura Espírita do Oeste foi de Marta Pinto do distrito de Leiria?

06 A família Baudin, Émile-Charles, Clementine e as filhas Caroline e Julie, as jovens médiuns que haviam de colaborar com Kardec na construção de “O Livro dos Espíritos”, costumavam fazer sessões de intercâmbio com o Mundo Espiritual, quando ainda residiam na Ilha de Reunião, uma colónia francesa, tendo, mais tarde, ido residir em Paris?

A rã e o charco

INFANTIL

Era uma vez uma rã e uma tartaruga, amigas, que viviam numa floresta. A rã considerava a tartaruga muito sábia.
Um dia, a rã pediu à sua amiga que lhe fizesse um amuleto com o poder mágico de a fazer vencer todas as lutas, em que se metesse, com qualquer animal. A tartaruga, depois de pensar um pouco respondeu-lhe:
- Faço-te o amuleto com uma condição: tu nunca lutarás comigo.
- Que disparate! Claro que não! – afirmou a rã. - Nós seremos sempre amigas e nunca lutaremos.
A tartaruga lá lhe fez o amuleto. Quando a sua amiga o pendurou ao pescoço, de imediato, disse sentir-se com uma enorme sensação de força e poder.
- Eu sou o animal mais forte de todo o mundo! – gritou muito alto.
- Posso vencer qualquer um numa luta! Quem quer vir lutar?
Os outros animais riram de tanta vaidade e tolice, contudo a rã desafiou-os a todos, um por um. Veio o esquilo e a rã venceu-o sem problemas. Seguiu-se a lebre e a rã voltou a vencer. Vieram o macaco, a raposa, o elefante, a serpente, o crocodilo e muitos outros animais a quem ela venceu sem qualquer dificuldade. O leão, considerado o rei dos animais, foi o último a lutar e, também este foi vencido, para espanto de todos.
A rã sentia-se extremamente vaidosa e insaciável pensou para si mesma que aquela vitória só seria verdadeira se também vencesse a tartaruga, pois era o único animal que ela não tinha desafiado.
Cheia de orgulho, e sem pensar duas vezes, esqueceu a promessa e gritou:
- Ó tartaruga, não penses que escapas. Também quero lutar contigo.
A tartaruga, na sua tranquilidade, aproximou-se e perguntou:
- Esqueceste-te da tua promessa?
- Falas assim, porque sabes que vais ficar mal. Estás com medo? – e voltou a desafiar. – Vá, vamos lutar!
A tartaruga aceitou o combate. Mas, antes da luta, ela retirou o poder mágico ao amuleto que tinha construído.
A luta começou. Num instante a tartaruga foi mais rápida e virou a rã de pernas para o ar. Depois, agarrou-a pelas patas e num rodopio, lançou-a até ao charco. A rã, para esconder a sua vergonha, nunca mais de lá saiu.

(Adaptado de Porque é que a rã vive na água?, in 100 Histórias de todo o mundo, Álvaro Magalhães, 2009, edições ASA).
Por: Manuela Simões

DIVULGUE OS ACONTECIMENTOS DA SUA ASSOCIAÇÃO

Envie as suas notícias para adep@adeportugal.org e, para além de ser enviada por e-mail, será inserida na Agenda do movimento espírita português, no respectivo dia e mês, facilitando assim a consulta de eventos espíritas nacionais. Aceda a essa agenda em www.adeportugal.org.

ÚLTIMA

Encontro Nacional de Jovens Espíritas

No fim-de-semana de 23 e 24 abril a Escola Básica de Matosinhos vai acolher o XXXIII Encontro Nacional de Jovens Espíritas. O tema central é «Amor à verdade - despertar a consciência».
A organização está a cargo, este ano, do Departamento Infanto-Juvenil da União Espírita da Região do Porto: «O valor da inscrição é de 20€ para custear as refeições (três refeições, pequeno almoço e lanches) e o custo do espaço que a escola nos disponibiliza. É isto mesmo! Um valor acessível para que possas participar!», explica o "post" nas redes sociais da internet. As inscrições já estão a decorrer na página: http://uniaofraterna.org/enje2016.html
Qualquer dúvida entre em contacto connosco: espaconovaera@gmail.com

Jornadas de Cultura Espírita

Caldas da Rainha recebe as XII Jornadas de Cultura Espírita do Oeste, em 23 e 24 de abril, no Centro Cultural e Congressos, estando a edição deste ano subordinada ao tema «As duas faces da vida».
Do programa, com oradores portugueses e brasileiros, consta uma conferência de encerramento, dia 24 de abril, domingo, sendo a abertura feita pelas 14h00 de dia 23 de abril, sábado. A primeira conferência será dada por um homem da física quântica, Moacir Lima, sendo o tema «A evolução do Homem».
Segue-se o 1.º painel – NASCER DE NOVO – com Gláucia Lima a dissertar sobre «O processo da reencarnação». Pelas 16h30 há um intervalo e simultaneamente sessão de autógrafos dados os vários escritores presentes no evento. Pelas 17h15 o assunto é «As fases e dimensões da vida em família», por Alexandra Gomes, que antecede o 2.º painel - SOB O VÉU DA MATÉRIA. Paulo Mourinha pelas 18H00 falará sobre «Os desafios da vida em sociedade», seguindo-se por voltas das 18h45 Paula Silva que apresentará o tema «Transformação e evolução». O lugar do teatro surge pelas 19h35 com uma representação de Edmundo Cezar.
No dia seguinte às 9h00 há cinema em curta-metragem espírita: "Agora... já foi!". Vasco Marques pelas 9H45 falará sobre «As redes sociais», dando depois lugar ao 3.º painel: O MUNDO DOS ESPÍRITOS. Pelas 11h00 o tema é «Morri! E agora?», a cargo de J. Gomes. Segue-se Felipe Menezes com «Mediunidade – Tudo o que precisa saber» e depois «Eu no mundo espiritual», por Luténio Faria.
Pode acompanhar as últimas novidades ou contactar os organizadores, que são o Centro de Cultura Espírita de Caldas da Rainha e a Associação de Cultura Espírita de Alcobaça: visite https://www.facebook.com/jornadas.espiritas

Odisseia de uma vida: aniversário da ASEB

O 31.º aniversário da ASEB - Associação Sociocultural Espírita de Braga decorre no próximo dia 9 de abril, sábado, da parte da tarde, numa escola dessa cidade, concretamente na sala de teatro do Liceu Sá de Miranda.
Subordinada ao título "Odisseia de uma vida", a celebração conta com a participação do grupo infanto-juvenil da ASEB, bem como de convidados, no caso João Xavier de Almeida, Regina Figueiredo e Paulo Costa.
Para saber mais, visite a página do Facebook ou o site da ASEB em www.aseb.com.pt.

Juselma Coelho adia visita a Portugal

Juselma Coelho teve de anular a sua vinda a Portugal que estava agendada para o próximo mês de maio por motivos pessoais que a impedem de viajar nesse período. A vinda da palestrante brasileira deverá acontecer noutra data a qual informaremos assim que tenhamos conhecimento.

CARTOON